



Dengan Jubah dan Mangkuk

Kilasan
Kehidupan
Bhikkhu
Thudong

Oleh:
Bhikkhu
Khantipalo

DENGAN JUBAH DAN MANGKUK

Oleh : Bhikkhu Khantipalo

Penerjemah: Upi. Ratanasanti Rhea Rosanti

Editor: Upa. Sasanasena Seng Hansen

Sampul & Tata Letak : poise design

Ukuran Buku Jadi : 130 x 185 mm

Kertas Cover : Art Cartoon 210 gsm

Kertas Isi : HVS 70 gsm

Jumlah Halaman : 122 halaman

Jenis Font : Segoe UI
Gaudy Old Style

Diterbitkan Oleh :



Vidyāsenā Production

Vihāra Vidyāloka

Jl. Kenari Gg. Tanjung I No. 231

Telp. (0274) 2923423

Yogyakarta 55165

Cetakan Pertama, Juli 2019

Untuk Kalangan Sendiri

Tidak diperjualbelikan. Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku dalam bentuk apapun tanpa seizin penerbit.



DAFTAR ISI

Glosarium	1
Bait-Bait Bagi Pertapaan Thudong	3
Dengan Jubah dan Mangkuk	8
Kehidupan Sehari-Hari	21
Dalam Cengkeraman Kematian	33
Kediaman Thudong	42
Pengembaraan	66
Persaudaraan dan Hidup Menyendiri	82
Catatan Tambahan	94
Lampiran: Ariyavamsa Sutta	100
Khotbah Tentang Para Suciwan	103

Glosarium GLOSARIUM

Berikut ini adalah kosa kata Thai yang digunakan dalam buklet ini:

- THUDONG, (baca: 'tudong', berasal dari Bahasa Pali, *dhutanga* – Praktik Pertapaan ketat) – kehidupan pengembaraan, pertapaan, terpencil dan meditatif yang dijalankan oleh beberapa bhikkhu.
- *Crot*, sebuah payung dengan jaring nyamuk yang bisa dipasang.
- *Nain*, (berasal dari Bahasa Pali, *samanera*), seorang pemula yang berusia di bawah 20 tahun yang sedang berlatih melaksanakan 10 Praktik Sila.

Berikut ini adalah beberapa kosa kata Pali yang sering digunakan:

- BHIKKHU, seorang anggota Sangha yang telah ditahbiskan, berumur diatas 20 tahun, yang melatih diri di bawah *Patimokkha*, yang merupakan peraturan disiplin monastik Buddhis. Terjemahan Bahasa Inggris

yang mendekati makna 'bhikkhu' adalah 'monk' (biarawan) – bukan 'priest' (pendeta)!

- SANGHA, suatu komunitas atau ikatan para bhikkhu yang terbuka bagi siapapun dari suku manapun, yang berkeinginan untuk menjalani hidup suci bimbingan Sang Buddha.
- VIHARA, bermakna sama seperti sebuah 'biara' bagi umat Buddhis (yaitu tempat tinggal para bhikkhu), akan tetapi istilah-istilah dalam bahasa Inggris banyak memberi makna yang berbeda, sehingga istilah Buddhis 'vihara' lebih dipilih.
- PUJA, pemujaan, pernghormatan. Dalam praktik Buddhis, hal ini dilaksanakan dengan tujuan menambah kualitas diri (seperti kebijaksanaan dan pengabdian) dalam batin seseorang. Pemujaan terhadap kekuatan di luar diri seseorang (seperti dewa-dewa dsb.), bukan hal yang lumrah dalam Buddhadhamma.
- KAMMA, perbuatan yang disengaja, atau perbuatan yang disertai niat dan kehendak. (Dalam Buddhisme, Kamma bukanlah berarti hasil dari suatu perbuatan.)

Bait-bait Dhammapada yang dimasukkan ke dalam buku ini telah diterjemahkan oleh Bhadanta Buddharakkhita Thera dari Bangalore, India.



BAIT-BAIT BAGI PERTAPAAAN THUDONG

DARI SUTTA-NIPATA

Menghindari menyakiti makhluk hidup apapun,
Tidak pula menyiksa siapapun atau apapun;
Tidak mendambakan anak, apalagi teman,
Mengembaralah sendirian bagaikan badak.

Cinta muncul dari pertemanan,
Dan dari cinta muncullah dukkha;
Melihat bahaya yang muncul dari cinta,
Mengembaralah sendirian bagaikan badak.

Dalam rasa belas kasihnya kepada sahabat-sahabatnya,
Seseorang, dengan hatinya yang terbelenggu,

mengabaikan tujuan utama.
Melihat bahaya dalam persahabatan,
Mengembaralah sendirian bagaikan badak.

Bagaikan jalinan ranting bambu yang kusut,
Seperti itulah rasa sayang terhadap anak dan istri:
Bagaikan pucuknya yang bebas dari kekusutan,
Mengembaralah sendirian bagaikan badak.

Rusa yang tidak tertambat mengembara di hutan
Bebas ke mana pun ia ingin merumput:
Melihat kebebasan itu, seorang bijaksana,
Mengembara sendirian bagaikan badak.

Meninggalkan segala bahtera rumah tangga,
Bagaikan pohon dadap yang menggugurkan
daun-daunnya,
Tanpa ikatan apapun, dan dengan penuh semangat,
Mengembara sendirian bagaikan badak.

Ikuti teman¹ yang terpelajar baik,

1 'Teman' di sini berarti Teman Sejati (kalyanamitta), sebagaimana guru meditasi disebut.

Yang memiliki Dhamma, yang cerah dan hebat;
Yang mengetahui mana yang diperlukan,
mengatasi keragu-raguan,
Mengembara sendirian bagaikan badak.

Panas dan dingin, serta lapar, haus,
Angin, panas matahari, gigitan serangga serta
gangguan dari ular;
Mengatasi salah satu dan semua ini,
Mengembara sendirian bagaikan badak.

Tidak ketagihan pada rasa kecapan, melainkan bebas
dari keserakahan,
Berjalan dengan langkah terkendali dari rumah ke rumah,
Tanpa dukungan dari siapapun, tidak menghamba
pada siapapun,
Mengembara sendirian bagaikan badak.

Bebas di manapun, tanpa perselisihan dengan siapapun,
Dan puas dengan ini dan itu,
Bertahan dari bahaya tanpa putus asa,
Mengembara sendirian bagaikan badak.

Putuskan belunggu-belunggu, seperti jaring
yang dirobek

Oleh penghuni sungai.

Seperti api yang tidak kembali lagi ke puing-puing,

Mengembara sendirian bagaikan badak.

Lepaskan kesakitan dan kebahagiaan,

Begitu pula dengan kegembiraan dan kesedihan;

Mencapai keseimbangan dan ketenangan,

serta kemurnian,

Mengembara sendirian bagaikan badak.

Janganlah engkau berhenti merenungi hal ini,

Menjalani apapun sesuai dengan Jalan Dhamma;

Memahami bahaya dan kutukan dari segala

bentuk keberadaan,

Mengembara sendirian bagaikan badak.

Bagaikan singa bertaring kuat, sang raja binatang,

Menaklukkan mereka semua, demikian pula

dengan engkau,

Dengan berlatih hidup terpencil,
Mengembara sendirian bagaikan badak.

Sikap tenang, ramah, belas kasih, dan rela melepas,
Serta rasa simpati yang tepat pada waktunya,
Tanpa perselisihan apapun di dunia,
Mengembara sendirian bagaikan badak.

Keangkuhan dalam pandangan punditinggalkan,
Cara yang benar dimenangkan, sang Jalan pun tercapai,
"Aku tahu! Tiada yang lain yang menjadi penuntunku!"
Mengembara sendirian bagaikan badak.

Bait-bait terpilih dalam Sutta Badak dari "Woven Cadences" (Sutta Nipata), diterjemahkan oleh E. M. Hare, dan dipublikasikan dalam Sacred Books of the Buddhists Series oleh Pali Text Society. Bait-bait lain juga digunakan dalam buklet ini.



DENGAN JUBAH DAN MANGKUK

KATA PENGANTAR:

KEHIDUPAN SANG BHIKKHU – TIGA BELAS PRAKTIK
PERTAPAAAN

Tiga Mustika atau Tiga Permata adalah ideal yang tertinggi dalam Buddhadhamma. Kepada Sang Buddha, kepada Dhamma yang Agung (Ajaran), dan kepada Sangha yang Suci (Persatuan para Bhikkhu), penghormatan diberikan oleh seluruh umat Buddha, karena para umat bercita-cita untuk menjalankan hidup sesuai dengan kualitas yang ditunjukkan oleh ketiga ideal ini.²

Dalam Bahasa Inggris, saat ini ada sejumlah buku yang menjelaskan kehidupan Buddha yang terakhir, Buddha Gotama, dan banyak juga yang menjelaskan apa yang dimaksud dengan Kebuddhaan yang ideal. Tidak jauh berbeda, kita juga memiliki begitu banyak literatur, terjemahan, kitab komentar dan sebagainya, untuk membantu kita memahami apa itu Dhamma. Namun, informasi mengenai Sangha tidak banyak ditemukan,

² Lihat 'The Wheel' No. 76: *The Threefold Refuge* (Tiga Perlindungan), oleh Nyanaponika Thera.

khususnya mengenai kehidupan bhikkhu di masa sekarang. Mereka yang tinggal di negara Buddhis yang memiliki Sangha tentu akan lebih banyak mengetahui tentang hal ini daripada mereka penganut ajaran Sang Buddha yang tinggal di negara lain. Buku ini ditulis untuk memberi gambaran tentang kehidupan kebhikkhuan kepada umat Buddha yang tinggal di negara lain, serta untuk mengingatkan kembali mereka yang tinggal di negara Buddhis, tentang tradisi-tradisi terbaik Sangha.

Buddhadhamma adalah jalan yang terbuka bagi siapapun, baik bagi bhikkhu maupun pengikut awam, namun karena bhikkhu telah sepenuhnya mengabdikan diri mereka untuk berpraktik, secara alamiah mereka memiliki kesempatan yang lebih besar untuk menembus inti dari Ajaran. Untuk melaksanakan hal ini, mereka, dan juga siapapun yang memiliki tekad yang sama, harus memperoleh pengalaman dalam tiga latihan (*ti-sikkha*): Pembelajaran (*pariyatti*), Praktik (*patipatti*), dan Penembusan/Perolehan Hasil (*pativedha*). Dalam hal ini, yang satu menuntun ke hal yang lain, sehingga membuat kedua poin yang pertama menjadi sangat penting. Tanpa tahap Pembelajaran, Praktik seseorang (dalam menjalankan sila dan melaksanakan meditasi) bisa saja tidak disertai dengan Pengertian Benar (*samma-ditthi*). Tanpa Praktik, Pembelajaran pun akan sia-sia dan tidak akan membuahkan hasil apapun.

Kitab Komentari yang ditulis setelah zaman Sang Buddha memberi istilah baru pada Pembelajaran dan Praktik, dengan menyebut Pembelajaran sebagai Mempelajari secara Teori (*gantha-dhara*) dan Praktik sebagai Praktik

Pandangan Terang (*vipassana-dhura*). Ada kemungkinan bahwa sejak awal, telah ada kecenderungan untuk hanya berkonsentrasi pada salah satunya saja, seolah-olah keduanya adalah jalan yang berbeda, bukannya jalan yang sebenarnya saling melengkapi. Kecenderungan ini, yang terus bertahan hingga sekarang ini, sepertinya merupakan bentuk dari kerapuhan umat manusia, karena pada dasarnya mempelajari kitab suci dan menjadi terpelajar³ dan mengabaikan praktik, khususnya meditasi, jauh lebih mudah daripada mulai mempraktikkan apa yang telah dipelajari.

Namun, perbedaan ini tidaklah mutlak, karena banyak bhikkhu yang memperoleh dasar dari Pembelajaran dan kemudian meninggalkan biara di kota tempat mereka belajar untuk menjalani kehidupan pertapaan di hutan bersama guru meditasi, dan di sanalah mereka menjalankan Praktik yang akan, pada waktunya, membawa pada Penembusan Dhamma.

Walaupun orang-orang mungkin bisa mencari tahu beberapa hal mengenai bhikkhu-bhikkhu yang mempraktikkan Pandangan Terang dari sumber-sumber kuno, sepertinya tidak ada yang ditulis tentang hal ini di masa sekarang. Oleh karena itu, diterbitkanlah tulisan singkat ini, yang berusaha menguraikan bagaimana kehidupan mereka di Thailand (posisi bhikkhu di negara Buddhis lain tidak diketahui oleh penulis).

Seorang bhikkhu yang menjalankan praktik Pandangan Terang melandasi kehidupannya dengan tiga pondasi

³ Untuk mengetahui tentang kehidupan bhikkhu 'teori', lihat *Buddhism*, Ch. V.3 disunting oleh R. Gard.

utama. Ketiga pondasi ini adalah: pengamatan yang ketat terhadap Aturan Latihan (sebagaimana tercantum dalam Disiplin Vinaya) yang telah ia tekadkan untuk dijalankan pada saat Penerimaannya (penahbisan tinggi – Upasampada). Ia meresapi dengan sungguh-sungguh nasihat Sang Buddha:

“Hiduplah dengan mengabdikan pada kebajikan, O Bhikkhu, mengabdikan pada disiplin Sangha dan kendalikanlah diri dengan disiplin itu! Perbuatan dan perilakumu haruslah sempurna! Melihat bahwa ada bahaya bahkan dalam kesalahan sekecil apapun, engkau harus melatih dirimu sendiri dengan aturan yang telah kau terima.”

Yang kedua, ia harus mengikuti Guru Meditasinya dalam penerapan *Praktik Pertapaan (dhutanga)*, mengikuti bimbingannya tentang bagaimana dan sejauh apa ia harus mempraktikkannya. Pondasi yang pertama memperkuat kesucian dan menghilangkan rintangan, sementara yang kedua meningkatkan rasa pelepasan yang kuat dan rasa syukur walaupun dalam keterbatasan. Oleh karena itu, kedua hal ini merupakan dasar yang sangat baik, bahkan sangat penting, untuk pondasi ketiga dalam kehidupannya, yaitu *Praktik Meditasi (bhavana)* yang sesungguhnya.

Ada yang perlu dibahas mengenai *Praktik Pertapaan Ketat* ini.⁴ Sang Buddha menolak untuk mengizinkan kehidupan pertapaan ekstrim, yang telah beliau jalani sebelum beliau

4 Dijelaskan dengan lengkap dalam 'Jalan Pemurnian' (*Visuddhimagga*), Ch. II.

mencapai Penerangan Sempurna. Namun, beliau melihat bahwa dalam beberapa tingkatan, praktik ketat dapat memberi manfaat dalam latihan para bhikkhu. Sebagai contoh, kita dapat melihat dalam Empat Nissaya (sokongan) yang disampaikan kepada seorang bhikkhu pada saat penahbisannya, ia diharuskan untuk: (1) mengenakan jubah kain, (2) memakan makanan pemberian, (3) tinggal di kaki sebatang pohon, (4) menggunakan air seni sapi yang difermentasi sebagai obat.

Lebih jauh lagi, kita melihat dari kehidupan sejumlah bhikkhu pada masa kehidupan Sang Buddha dimana *Dhutanga* banyak dilaksanakan, karena Sangha awalnya adalah suatu komunitas dimana hidup meditatif yang penuh pengembaraan adalah hal yang wajar. Sebagai contoh, ada Maha-Kassapa nan agung yang dipuji oleh Sang Buddha sebagai yang paling unggul di antara mereka yang menjalani kehidupan pertapaan; sementara salah satu dari siswa-siswa pertamanya yang mencapai penerangan dalam Dhamma, Añña Kondañña, hidup terpencil di tengah hutan selama hidupnya.

Dengan pembangunan vihara-vihara permanen, yang dimulai bahkan pada zaman Sang Buddha, bersamaan dengan kebutuhan untuk melestarikan ajaran Sang Buddha, penghapalan dan pembelajaran pun menjadi sangat penting. Tidak semua bhikkhu yang terpelajar mempraktikkannya, sehingga *Dhutanga* pun hanya diterapkan oleh mereka yang ingin berlatih meditasi.

Yang juga ditekankan adalah bagi seseorang yang sifatnya mengakar kuat pada kebencian (*dosa*), Praktik Pertapaan Keras ini tidaklah sesuai, karena malah dapat meningkatkan

rasa benci terhadap diri sendiri. Di sisi lain, bagi mereka yang sifat-sifatnya mengakar pada keserakahan (*lobha*), keyakinan (*saddha*) dan sifat dasar yang bercampur (dengan kata lain 'seimbang'), praktik *dhutanga* dapat membantu dalam mengembangkan rasa pelepasan dan rasa syukur.

Perbedaan antara seorang bhikkhu thudong dengan orang yang mempraktikkan pertapaan ekstrim (seperti beberapa yogi dalam Hinduisme, beberapa pendeta Kristiani, dsb.) patut untuk diperhatikan. Mereka yang mempraktikkan pertapaan ekstrim memiliki pandangan bahwa ada entitas spiritual yang kekal (*atman*, jiwa) yang berada di dalam (atau bahkan terpenjara oleh) raga penuh onggokan daging yang tumbuh dan berkembang lebih jauh menjadi apa yang disebut sebagai 'nafsu ragawi'. Berpegang pada pandangan semacam itu, tubuh dianggap sebagai sesuatu yang kotor dan menimbulkan kebencian, karena dinilai menghalangi jalan seseorang menuju spiritualitas. Kemudian muncul 'rasa malu terhadap tubuh' untuk menumpas kejahatan yang muncul dari kepemilikan terhadap suatu bentuk raga (sebagai contoh, perhatikan kasus Henry de Suso (Heinrich Seuse) yang berkaitan dengan karya *Varieties of Religious Experiences* oleh William James). Usaha-usaha untuk 'mengendalikan' keinginan seperti demikian hanyalah merupakan contoh ekstrim dari pengekangan yang dipengaruhi oleh munculnya penyiksaan terhadap diri sendiri. Semua ini dimulai dari pandangan bahwa tubuh ini patut dibenci, dan hasil dari pertapaan seperti ini adalah meningkatnya rasa benci terhadap jasmani. Kecenderungan masokis, jikalau muncul,

juga akan terpuaskan. Semua hal ini tidak mengindikasikan kondisi psikologis yang sehat dan Sang Buddha telah berkali-kali mengkritisi cara-cara pertapaan ini sebagai hal yang tidak baik (*akusala*). Kata-kata beliau yang ditemukan dalam Dhammapada (bait 304) menunjukkan bagaimana pertapaan “ekterior” itu tidaklah cukup, dan pasti tidak akan membawa pada keselamatan.

“Apalah gunanya rambut kusutmu, wahai orang dungu! Apalah gunanya kain dari kulit antelopmu? Di luar engkau membersihkan dirimu, tetapi di dalam dirimu hanya terdapat kekusutan (hawa nafsu).”

Dalam ajaran Sang Buddha, keterkaitan antara batin-jasmani (*nama-rupa*) sangatlah ditekankan. Lebih jauh lagi, pikiranlah yang memegang kendali, sedangkan materialitas (*rupa*) hanyalah sekadar penumpang. Seperti yang ditekankan di Dhammapada dalam bait pertama dan keduanya: “Pikiran adalah pelopor dari segala kondisi, pikiran adalah pemimpinnya, semuanya dibentuk oleh pikiran...”

Seorang umat Buddha mengetahui bahwa ia memperoleh jasmaninya sekarang melalui nafsu keinginannya sendiri (*tanha*) dan di dalam *pikiran*-lah seseorang sepatutnya menemukan sumber dari segala keburukan, termasuk segala jenis keserakahan dan kebencian, baik itu untuk dirinya sendiri ataupun untuk hal-hal lain. Oleh karena itu, *Dhutanga* terutamanya merupakan latihan disiplin fisik dengan dasar psikologi, dan praktik ini sangat berperan

sebagai pelengkap dalam bagian Dhamma yang lebih besar, yaitu sebuah latihan kedisiplinan yang berdasarkan pada materialitas (sebagai contoh, 'kepemilikan' terhadap tubuh manusia). Jadi, bhikkhu thudong menggunakan latihan-latihan ini untuk membantunya mendisiplinkan dirinya sendiri dengan kondisi mental yang baik, seperti kerelaan untuk melepas serta rasa syukur.

Ketiga belas Praktik Pertapaan yang diperbolehkan oleh Sang Buddha⁵ ini telah dinilai sebagai praktik yang layak dan wajar; berikut adalah ketiga belas praktik tersebut:

- I. Mengenakan jubah dari kain bekas (*pamsukulik'anga*) – mengenakan jubah yang dibuat dari kain bekas atau kain yang telah dibuang dan tidak menerima serta tidak mengenakan jubah siap pakai yang dipersembahkan oleh umat perumah tangga.
- II. Mengenakan tiga helai jubah (*tecivarik'anga*) – hanya memiliki dan mengenakan tiga jubah dan tidak memiliki jubah-jubah lainnya.
- III. Menerima makanan sedekah (*pindapatik'anga*) – memakan makanan yang hanya diperoleh dari *pindapata* atau makanan sedekah, dan tidak menerima makanan dalam vihara atau makanan yang disuguhkan oleh seorang umat perumah tangga di rumahnya.
- IV. Mencari makanan sedekah dari rumah ke rumah (*sapadanik'anga*) – tidak melewatkan satu rumah pun

5 *Buddhist Dictionary* mencatat: "13 Praktik Pertapaan ini semuanya, tanpa kecuali, disebutkan dalam teks sutta yang lama, tetapi tidak pernah dalam satu tempat yang sama; Majjh. 5, 112; A. v, 181-190" Niddesa mencatat 8 dari 13 praktik ini dalam M. Nid 1, hal. 188 P.T.S. edn.

ketika pergi mengumpulkan makanan sedekah; tidak memilih untuk hanya mengunjungi perumah tangga yang kaya atau mereka yang dipilih karena alasan tertentu seperti hubungan kekerabatan, dsb.

- V. Makan hanya sekali (*ekasanik'anga*) – makan hanya sekali sehari dan menolak makanan apapun yang dipersembahkan sebelum tengah hari. (Mereka yang melaksanakan tidak boleh menerima makanan dari tengah hari hingga subuh keesokan harinya, kecuali saat sakit.)
- VI. Memakan makanan dari mangkuk (*pattapindik'anga*) – memakan makanan yang dicampur di dalam mangkuknya, dan bukan dari piring dan pinggan lainnya.
- VII. Menolak makanan tambahan (*khalu-paccha-bhattik'anga*) – tidak menerima makanan lagi setelah seorang bhikkhu menunjukkan bahwa rasa laparnya telah teratasi, walaupun umat perumah tangga ingin memepersembahkan makanan lagi.
- VIII. Menetap di hutan (*Araññik'anga*) – tidak bertempat tinggal di kota ataupun desa, melainkan hidup di tempat yang terpencil, jauh dari segala jenis gangguan/distraksi.
- IX. Menetap di kaki pohon (*rukhamulik'anga*) – menetap di bawah sebatang pohon tanpa atap sebagai peneduh.
- X. Menetap di tempat terbuka (*abbhokasik'anga*) –

menolak atap peneduh dan kaki pohon, latihan ini dilaksanakan hanya dengan jubah sebagai peneduh.

XI. Menetap di tanah kuburan (*susanik'anga*) – tinggal di dalam atau di dekat tanah kuburan, pemakaman, atau tanah kremasi.

XII. Tidur di tempat manapun yang disediakan (*yathasanthatik'anga*) – merasa puas dengan tempat apapun yang disediakan sebagai tempat tidur.

XIII. Selalu dalam posisi duduk (*nesajjik'anga*) – hidup dengan tiga posisi tubuh yaitu berjalan, berdiri dan duduk, serta menghindari berbaring.

Perlu diperhatikan bahwa poin-poin dalam *dhutanga* ini membantu seorang bhikkhu menemukan rasa puas akan tiga hal pertama dalam Empat Kebutuhan Pokoknya (*paccaya*): Jubah (Nomor I, II), Makanan (III-VII), dan Tempat Tinggal (VIII-XIII); hal keempat dalam Kebutuhan Pokoknya, yang tidak tercakup di dalam ini, adalah Obat-obatan.

Terkait dengan praktiknya saat ini di Thailand, poin III, V, VI dan VII adalah yang paling umum ditemukan di kalangan bhikkhu thudong. Memiliki dan mengenakan hanya tiga jubah juga banyak dilaksanakan (II). Bhikkhu thudong perorangan bisa mengumpulkan kain-kain bekas, menjahitnya, mewarnainya dan kemudian mengenyakkannya, walaupun sebenarnya jubah-jubah buatan ini sangat banyak sehingga hal ini tidaklah lumrah (I). Praktik keempat adalah jenis praktik mengumpulkan dana makanan yang normal dilakukan di desa-desa Thai,

di mana setiap rumah mendermakan sesendok penuh nasi kepada setiap bhikkhu. Di kota-kota, poin IV tidak dipraktikkan, karena umumnya, para bhikkhu biasanya memiliki beberapa rumah yang akan mengundangnya untuk datang setiap harinya. Semua vihara thudong melaksanakan poin VII. Dua poin selanjutnya dipraktikkan sesuai dengan kondisi cuaca, karena matahari yang terik atau hujan deras tentu tidak akan memungkinkan. Poin XI bisa direkomendasikan oleh seorang guru untuk latihan murid-muridnya berdasarkan karakter mereka, sedangkan poin XII adalah aspek khusus mengenai rasa puas yang harus dikembangkan semua bhikkhu. Poin terakhir dalam *Dhutanga* telah disebutkan sebagai praktik komunal yang dilaksanakan di beberapa vihara pada hari Uposatha. Ketika seorang bhikkhu ingin melaksanakan hal ini sendiri, ia biasanya akan melaksanakannya hanya setelah berkonsultasi dengan gurunya dan, supaya tidak timbul rasa angkuh dalam dirinya, ia akan menjaga supaya tidak ada yang mengetahui bahwa ia tengah berlatih demikian. Hal ini juga berlaku bagi semua latihan ini, bahwa latihan harus dijalankan dalam keterpencilan, dan seorang bhikkhu thudong sejati selalu menghindari tatapan publik. Di dalam *Buddhist Dictionary* dikatakan, mengutip Puggala-paññatti: "Latihan-latihan ini bisa disebut telah dijalankan dengan baik apabila dilaksanakan demi pengembangan kesederhanaan, rasa syukur, kesucian, dsb."

Namun, kata 'thudong' dalam bahasa Thai memiliki konotasi yang cukup luas dibandingkan dengan praktiknya sendiri. Kata ini digunakan dalam apapun yang

berhubungan dengannya, sehingga kita mengenal istilah: vihara thudong, mangkuk thudong, kehidupan thudong, dan sebagainya. Karena *Dhutanga* bisa dipraktikkan dengan tingkat kesulitan yang berbeda-beda, dari yang tinggi, sedang, ataupun rendah berdasarkan standar-standar yang tertulis dalam *Visuddhimagga*, maka ada begitu banyak variasi dalam praktik thudong dan guru yang berbeda memberi penekanan yang berbeda pula, sehingga vihara yang berbeda pun memiliki kondisi yang berbeda.

Selama lebih dari 2500 tahun, kehidupan thudong ini telah dijalani oleh bhikkhu-bhikkhu dari berbagai negara. Tidak banyak catatan yang bisa ditemukan mengenai kehidupan mereka, karena mereka yang melaksanakan praktik thudong biasanya bukan penulis dan menjalankan latihan mereka di tempat terpencil. Di Thailand, banyak dari catatan-catatan kuno, baik yang bersifat religius maupun sekuler, telah hancur akibat kebakaran besar di ibukota Ayuthaya pada tahun 1767 M. Walaupun demikian, kita mengetahui bahwa sebelum masa itu, terdapat banyak Araññika bhikkhu (bhikkhu hutan). Mungkin catatan tertua kita sekarang adalah lukisan-lukisan dinding vihara peninggalan dinasti-dinasti terakhir. Mereka menggambarkan bhikkhu thudong yang sedang melaksanakan ketiga belas praktik berdasarkan tiga tingkatan kesulitan.

Sekarang ini, ada banyak vihara dimana gaya hidup ini beserta dengan tiga pondasinya diajarkan oleh guru-guru yang berpengalaman. Kebanyakan dari mereka memilih

untuk menjauh dari hiruk pikuk kehidupan kota, distraksi dan kemewahan yang jauh dari kehidupan ideal thudong.

Pada akhirnya, menarik untuk dicatat bahwa sebuah stupa besar (atau cetiya, - 'monumen reliq') dengan tiga belas menara putih yang menembus langit biru, saat ini sedang dikerjakan di sebuah vihara thudong besar yang dinamai seperti seorang raja besar India yang telah membantu menyebarkan Ajaran Sang Buddha, yaitu Raja Asoka. Di dalam puncak cetiyanya, akan diletakkan reliq Sang Buddha yang kehidupannya sangat mencerminkan kehidupan thudong, sementara di bagian bawah akan diletakkan abu milik seorang guru meditasi termahsyur yang telah mengikuti jalan Sang Guru Agung dengan penuh pengabdian, hingga akhir hayatnya.



KEHIDUPAN SEHARI-HARI

Mengendalikan indera-indera, merasa puas dengan apa yang ada, menjalankan *Patimokkha* dan bergaul dengan teman-teman yang suci, yang bersemangat dan murni dalam kehidupannya, inilah yang harus dikerjakan dalam kehidupan suci seorang bhikkhu yang bijaksana.

Seorang bhikkhu yang selalu berdiam di dalam Dhamma, yang selalu bergembira di dalam Dhamma, dan yang selalu merenungkan dan mengingat Dhamma, tidak akan tergelincir dari Jalan Benar yang Mulia – (Dhammapada 375, 364)

Cukup sulit untuk menulis tentang keseharian seorang bhikkhu thudong, karena kondisi-kondisi yang mereka

jalani sangatlah berbeda. Namun, ada beberapa hal tertentu dalam kehidupan mereka ini yang bersifat umum dan hal ini bisa dijadikan dasar dalam ringkasan ini.

Materi yang dihadirkan disini dan bagian-bagian selanjutnya sebenarnya merupakan suatu kesatuan, beberapa diantaranya merupakan pengalaman yang didengar dari orang lain, dan yang lain merupakan kisah yang diceritakan oleh orang lain. Oleh karena itu kita akan berbicara tentang 'sang bhikkhu' atau 'sang bhikkhu thudong' dan menyampaikan berbagai macam sumber ini secara anonim. Sementara itu, perlu dicatat bahwa apa yang kita bahas merupakan pengalaman yang cukup umum bagi mereka yang menjalani kehidupan thudong.

Di manapun seorang bhikkhu thudong berada, baik itu di dalam gua, di dalam hutan, ataupun di tempat terpencil lainnya, ia selalu memulai harinya pagi-pagi dan ia akan bangun dengan penuh semangat. Segalanya diam dan hening, hanya ada suara serangga di malam hari, dan mungkin juga suara kepakan sayap kelelawar – dan di waktu inilah, jauh sebelum subuh, katakanlah pukul dua atau tiga pagi, kondisi sangatlah baik dan mendukung untuk berlatih meditasi. Tentu saja, jika sang bhikkhu belum ahli, ia harus melepaskan diri dari Mara, (sosok personifikasi dari keburukan) yang bersembunyi di balik topeng kemalasan dan kelembaman (*thina-middha*), karena aspek Keburukan ini akan mendorongnya untuk bermalas-malasan di tempat tidurnya hingga pagi menjelang. Sebaliknya, ia bangun dan setelah menyegarkan dirinya, ia mengukuhkan pikirannya terhadap objek meditasi yang telah dia catat pada malam

sebelumnya, sebelum ia terlelap. Dengan bersujud tiga kali kepada Tiga Mestika, dalam diam menggumamkan, "Namo Tassa..." dan mungkin juga beserta Tiga Kalimat Perlindungan, sang bhikkhu, yang pikirannya telah diarahkan dan dijaga dengan benar, pun memasuki meditasi. Sejauh mana ia dapat mengukuhkan pikirannya pada objeknya, untuk mencegah munculnya lima rintangan batin⁶ (*pañca nivarana*) dan membuat pikirannya semakin tajam, tentunya akan bergantung pada kemajuan dan kemampuannya sendiri. Kedua penghalang terbesar yang akan ia hadapi adalah kemalasan dan kelembaman yang telah disebutkan di atas, dan juga kegelisahan (*uddhacca*); dan di antara kedua hal ini, pikirannya cenderung akan terombang-ambing bagaikan kapal Odysseus di antara Scylla dan Charybdis⁷. Diporak-porandakan oleh kedua hal tersebut akan menjadi pengalaman yang biasa baginya di permulaan. Ketika ia melihat bahwa pikirannya bagaikan sebuah air mancur yang mengucurkan ide-ide, fantasi, ingatan,antisipasi dan lain sebagainya, ia pun duduk dengan mantap di atas tempat duduknya tanpa bergerak sedikitpun, menggunakan perhatian penuh (*satipatthana*) hingga pikirannya menjadi tenang. Tetapi ketika rasa kantuk merasuki pikirannya dan mengganggu postur tubuhnya, ia pun bangkit dan berlatih meditasi dengan berjalan naik dan turun. Jika ia tinggal untuk sementara waktu di sebuah gua ataupun hutan, ia tetap harus melakukan postur berjalannya (*cankamana*) bahkan walaupun jaraknya terlalu panjang ataupun terlalu

6 Lihat THE WHEEL, No. 26: The Five Mental Hindrances (Lima Rintangan Batin).

7 *In between Scylla and Charybdis* adalah perumpamaan bahasa Inggris yang berasal dari mitologi Yunani, yang berarti "terombang-ambing di antara dua kejahatan".

pendek. Melaju terus-menerus naik dan turun, rasa kantuk pun meninggalkan pikiran serta badannya, dan setelah beberapa lama, dengan pikiran yang telah terfokus, ia bisa mencoba berlatih dengan postur berdiri. Setelah membawa pikirannya pada kondisi yang sepenuhnya tenang dan tajam dengan posisi ini, ia bisa kembali pada latihan dengan postur duduk yang penuh manfaat.

Latihannya akan diakhiri ketika ayam jago, burung-burung ataupun jam alarmnya memberitahunya bahwa fajar telah menyingsing. Kemudian, ia akan mempersiapkan sebatang lilin sebagai persembahan beserta beberapa batang dupa jika ia memilikinya, dan dengan sujud yang penuh hormat, sang bhikkhu pun akan melantunkan puja paginya kepada Sang Buddha, Dhamma, dan Sangha. Rumus sederhana untuk ini, yang banyak ditemukan dalam Kitab Pali, akan memperoleh makna yang lebih mendalam, menjadi lebih jelas baginya ketika keyakinan (*saddha*) dalam dirinya menguat dan ketika praktiknya mengalami kemajuan. Sebenarnya, ketika ketenangan sang bhikkhu telah mantap, lantunan-lantunan ini tidak akan mengganggu sama sekali dan bahkan dapat menjadi dasar untuk mencapai penerangan sempurna (*vipassana*). Ia mungkin bisa melengkapi lantunan-lantunan biasa ini dengan lantunan lainnya sesuai dengan pilihannya sendiri ataupun sesuai tradisi: jika ia memilih mengikuti tradisi, lantunan meditasi yang biasanya direnungkan adalah mengenai 32 Bagian Tubuh, setiap bagiannya yang menjijikkan diikuti dengan terjemahan dalam bahasa ibunya, supaya memberikan makna yang lebih jelas. Hal ini bisa diimbangi dengan lantunan meditasi cinta kasih

(*metta*), pertama dengan mengisi dirinya sendiri dengan semangat ini untuk mengikis konflik di dalam dirinya, dan kemudian memancarkan cinta kasihnya kepada makhluk lain.⁸ Biasanya juga dilantunkan perenungan terhadap Empat Kebutuhan Pokok seorang bhikkhu (jubah, makanan sedekah, tempat tinggal, dan obat-obatan). Alasan melakukan hal ini adalah supaya tujuan sebenarnya dari Kebutuhan Pokok ini dapat terlihat dengan jelas olehnya saat ia sedang menggunakannya. Akhirnya, bhikkhu kita pun melantunkan sebuah doa yang tulus, semoga semua kebaikan yang telah ditanamkan melalui lantunan ini, memberi manfaat bagi semua makhluk. Mungkin, karena berlokasi di Thailand, ia bisa menggunakan kalimat indah, "*Ya devata santi viharavasini...*," dan bahkan dengan lebih indah lagi ketika diintonasikan dengan gaya lantunan '*sarabhañña*' yang naik dan turun. Lantunan ini kini begitu diminati di Thailand, karena selain dari maknanya yang indah dan gaya pelantunannya yang merdu, lantunan ini ditulis oleh seorang raja religius yang sangat dihormati, Phra Chom Klao, yang di Barat dikenal sebagai Raja Mongkut (bertahta pada tahun 1851-1868 M).

Sekarang saatnya bagi sang bhikkhu untuk bersiap-siap menerima obat yang akan menenangkan namun tidak menyembuhkan penyakit terbesar— rasa lapar. Mangkuknya tertata dengan rapi, bersih dan terbalut rapi dalam kain pembungkusnya. Kemudian setelah menggulung kedua jubah atasnya (*uttarasanga* dan *sanghati*), ia pun siap keluar. Beberapa barang miliknya akan ia simpan dalam tasnya dan digantung di tempat

8 Untuk lantunan-lantunan ini, lihat THE WHEEL No. 54: *The Mirror of the Dhamma*.

yang aman hingga ia kembali; namun, ketiga jubahnya akan ia bawa bersamanya karena pada zaman-zaman lampau, kain amatlah sulit diperoleh dan bahkan saat ini pun jubah luar (*sanghati*) bernilai mahal, sehingga harus dijaga dengan hati-hati.

Banyak hal yang bisa terjadi selama ia menerima dana makanan (*pindapata*), yang merupakan tema pada buklet lainnya dalam seri ini.⁹ *Pindapata* ini tidak hanya bertujuan untuk mengumpulkan makanan bagi dirinya sendiri, karena hal ini memiliki dua aspek yang penting dalam kehidupan Buddhis. Di satu sisi, ia memberikan kesempatan bagi umat untuk melakukan kebajikan (*puñña*) dengan berdana, sementara di sisi lain, ia melatih mengembangkan nilai-nilai yang baik dalam dirinya sendiri, karena saat ia berkeliling mengumpulkan makanan, ia juga mengembangkan kesederhanaan dan kerendahan hati, cinta kasih dan kasih sayang, perhatian penuh dan mungkin pula objek meditasinya.

Setelah makan secukupnya untuk bertahan sepanjang hari dan di saat bersamaan memahami rasa cukup, mangkuknya pun dicuci dan dikeringkan dengan hati-hati supaya tidak berkarat, kemudian dibungkus kembali dengan kainnya dan diikat pada tempatnya, siap untuk dibawa ke mana saja.

Jika sang bhikkhu menetap di suatu tempat untuk sementara waktu, ia kemudian akan berlatih dengan posisi berjalan naik dan turun. Ini sesuai dengan salah satu ajaran Sang Buddha yang menyarankan melakukan

9 Lihat THE WHEEL No. 73: *The Blessings of Pindapata*.

bentuk latihan meditasi ini untuk mengatasi rasa kantuk setelah makan secukupnya. Setelah selesai melatih mengembangkan perhatian dan kesadaran penuhnya, ia bisa melakukan pekerjaan apapun yang perlu diselesaikan. Sulit untuk menuliskan apa saja pekerjaan yang bisa ia lakukan untuk saat ini, tetapi para pembaca perlu mengetahui bahwa ia mencoba untuk menjadi mandiri dan juga praktis. Walaupun ia tidak memiliki banyak barang (lihat bagian “Pengembaraan”), semua barang ini perlu dijaga kondisinya. Sebagai contoh, penting baginya untuk memperbaiki jubahnya. Karena ia berjalan menembus hutan-hutan, duri yang tajam seringkali menusuk dan merobek jubahnya, dan selalu saja ada aus dan robek di jubahnya tersebut; kenyataannya, bhikkhu thudong menyadari sepenuhnya satu kebenaran dalam kehidupan perumah tangga – ‘Satu jahitan yang tepat pada waktunya akan menyelamatkan sembilan lainnya.’ Jubah seorang bhikkhu thudong biasanya ditambal dengan baik dan terlihat seperti jubah yang tahan lama. Atau, dia bisa membuat barang-barang tertentu dari bambu atau kayu, dan kebanyakan bhikkhu thudong sangat ahli dalam merakit hal-hal seperti ini. Ia memerlukan tatakan untuk mangkuknya, atau mungkin tiang bambu *crot* miliknya (payung dan jaring nyamuk) sudah harus diganti, atau mungkin saja ia perlu membuat sejumlah sikat gigi dan tusuk gigi dari kayu *quassia* untuk diberikan kepada bhikkhu-bhikkhu lain. Sang bhikkhu mungkin cukup tahu tentang khasiat tanaman herbal, pohon ataupun tanaman rambat yang tumbuh di sekitarnya, beserta unsur-unsur lainnya, dengan madu, susu, paprika merah dan buah-

buahan, sebagai obat-obatan untuk berbagai penyakit. Lalu kemudian, ia akan membuat pelita dari kaleng-kalengan, kawat dan kain putih halus, yang tidak akan padam oleh hembusan angin; atau mungkin sang bhikkhu cukup ahli dalam mengukir, ia bisa mengukir wujud Sang Buddha pada kayu keras atau gading. Jika ia tinggal di dalam gua, ia mungkin akan menghias dinding tempat tinggalnya dengan gambar-gambar Sang Buddha yang dilukis dengan warna-warna sederhana dari tanah dan sebagainya.

Kalau saja ada banyak bhikkhu thudong di dunia ini, mereka pasti akan menjadi musuh utama dalam perdagangan modern yang bersikeras bahwa manusia akan bahagia dengan memiliki banyak barang dan dengan membeli barang-barang tersebut serta dengan merek-merek yang baru. Bhikkhu thudong cukup bertentangan dengan hal ini, melihat cara hidup mereka yang melawan arus keduniawian, karena sebenarnya, sekumpulan barang-barang yang sifatnya tidak kekal tidak akan bisa memberikan kebahagiaan – melainkan rasa puas dalam kesederhanaan. Oleh karena berkurangnya kemelekatan terhadap hal-hal tersebut, langkahnya menuju Pencerahan pun menjadi lebih mulus.

Atau, jika *pindapatanya* berjalan lama dan makanan susah diperolehnya, ia tentu akan merasa lelah dan ia akan membaringkan tubuhnya dengan penuh kesadaran murni. Ini biasanya dilakukan dengan berbaring di sisi kanannya, dengan gulungan jubah (atau bantal jika ia memilikinya) sebagai penumpu di bagian atas tubuhnya, kepalanya

ditumpu oleh telapak tangan kanannya sementara siku dan lengannya diletakkan di atas lantai. Ini adalah postur berbaring yang direkomendasikan oleh Sang Buddha dan dengan kondisi seimbang seperti ini, tidak akan mungkin baginya untuk jatuh tertidur karena kesadarannya terjaga dengan baik.

Kapanpun ketika ia merasa tubuhnya sudah ringan dan tak lagi lelah, sang bhikkhu akan duduk bersila di atas kain duduknya dan mengembangkan kesadaran serta semua faktor meditasi yang bermanfaat, dan kemudian berusaha mengembangkan, atau mungkin berhasil mengembangkan objek meditasinya. Ia bisa duduk selama berjam-jam, terutama jika ia terampil dalam meditasi, atau mungkin selain duduk, ia juga bisa melakukan meditasi berjalan atau bahkan, jika punggungnya terasa lelah, ia bisa melanjutkan dengan meditasi berbaring. Postur berbaring hanya dapat dilakukan di siang hari karena rasa lelap rentan menaklukkannya jika ia berbaring di tengah malam yang gelap. Ia juga akan merasakan manfaatnya di saat ia dipenuhi tekanan mental atau ketika ia mengalami terlalu banyak gejolak pikiran.

Waktu meditasinya biasanya berakhir saat sore mulai menjelang, ketika teriknya matahari berakhir, dan waktu baginya untuk menyapu. Jika ia tinggal di vihara meditasi, akan ada banyak lahan yang luas untuk disapu. Jika ia tinggal di sebuah gubuk dalam hutan, ia hanya perlu menyapu gubuk dan sekitarnya. Namun, pekerjaan ini tidak perlu dilakukan bagi bhikkhu yang tinggal di bawah *crot* yang ia pasang dan lagipula mungkin saja ia tidak

memiliki sapu sama sekali. Kesadaran secara umum di saat seperti ini disertai dengan 'refleksi saat menyapu': Sama seperti sapu ini yang menyapu debu-debu, begitupula dengan latihan meditasi ini yang menyapu bersih segala kekotoran batin (*kilesa*). Ada banyak manfaat dalam menyapu: sebagai contoh, menyapu adalah sebuah kesempatan untuk melatih kekuatan ketenangan batin (*samatha*) yang kebanyakan dikembangkan dengan postur duduk. Selain itu, menyapu juga merupakan latihan yang baik bagi tubuh setelah duduk hampir seharian penuh. Sang bhikkhu menyapu dengan teratur dan tenang.

Kemudian tibalah saatnya untuk mandi, mungkin di kolam tengah hutan atau di sungai. Dengan membawa kain mandinya, sang bhikkhu pun pergi – bukan dengan pikiran untuk menikmati sejuknya air, tetapi tetap mengingat tentang kejijikan pada tubuhnya sehingga perlu baginya untuk mandi. Ia merenungkan: tubuh ini muncul akibat nafsu keinginan (*tanha*), sehingga tiap hari ia pun harus menyeka keringat yang keluar dari tubuhnya, membersihkan kotoran yang melekat pada tubuhnya, jika tidak tubuhnya akan berbau menyengat dan akan mengganggu dirinya maupun orang lain. Ini juga berlaku untuk jubahnya yang harus dicuci secara rutin dan mungkin juga ia harus sesekali mewarnai jubahnya.

Sekembalinya dari mandi, dengan tetap memegang objek meditasinya jika ia mampu, mungkin ada beberapa jenis minuman yang boleh ia konsumsi di tempat tinggalnya untuk menyegarkandahaganya. *Paranain* (pemula) terampil dalam mempersiapkan minuman seperti ini dengan

mencampurkan buah-buahan hutan serta gula atau madu, sementara jika rasa lapar sangat menggonggonya, salah satu buah pahit yang diperbolehkan dalam Vinaya boleh dimakan dengan garam, gula dan mungkin beberapa buah cabai. Sebelum ia memakan semua ini, ia akan dengan hati-hati merenungkan tujuan ia makan, sesuai dengan kutipan yang ia bacakan pada puja paginya.

Jika kita memperhatikan dirinya, kita akan segera melihat kewaspadaan yang begitu ia jaga sehingga tidak ada makhluk sekecil apapun yang terlukai. Sebelum ia menuangkan minumannya, ia memeriksa apakah di gelasny terdapat semut atau serangga lainnya di dalamnya. Jika ada, ia akan memindahkannya dengan sangat lembut ke tempat yang aman. Ketika mengangkat dan meletakkan gelasny, ia juga sama waspadanya dan bahkan ketika seekor nyamuk mendarat di tubuhnya, nyamuk itu tidak dipukul tetapi dihembus, karena makhluk sekecil apapun tidak boleh terbunuh baik karena niatannya maupun karena ketidakwaspadaannya. Tindakan tanpa kekerasan (*ahimsa*) banyak diterapkan oleh dirinya.

Sekarang tibalah saat baginya untuk melaksanakan meditasi malamnya dan duduk dengan tubuh yang telah segar, ia akan berusaha lebih jauh untuk menaklukkan pikirannya. Sebelum memulai, ia akan mengingat nasihat Sang Buddha yang sering diulang: "Hal-hal yang bisa dilakukan seorang guru untuk murid-muridnya, yaitu mengharapkn yang terbaik bagi mereka, atas dasar cinta kasih dan simpati, telah kulakukan untuk kalian. Di sinilah, O para bhikkhu, di bawah kaki pepohonan dan tempat-tempat terpencil.

Berlatihlah meditasi, O para bhikkhu! Janganlah lengah supaya engkau tidak menyesal di kemudian hari! Inilah nasihatku pada engkau.” Dan kemudian kita bisa melihat bagaimana ia duduk sepanjang malam, selama ia bisa menghalau rasa kantuknya. Ketika hal ini menjadi terlalu berat, ia pun menyalakan sebatang lilin dan beberapa dupa, memulai *chanting* malamnya. Jika ia cukup mengerti bahasa Pali, *chanting* bisa berlanjut selama beberapa lama dengan pelan, disertai dengan bunyi-bunyian merdu khas bahasa kuno ini. Dalam kitab komentar, tercatat bahwa dewa-dewa datang mendengarkan lantunan Pali para bhikkhu yang tinggal di alam liar, yang memiliki hati yang murni.

Sebagai penutup, setelah melimpahkan jasa kebajikan bagi kebahagiaan semua makhluk (karena ia pun tidak boleh serakah akan kebajikan), ia pun berbaring dengan penuh kesadaran, tetap memegang objek meditasinya dan mengingat untuk bangun pagi dan melanjutkan latihannya.



DALAM CENGKERAMAN KEMATIAN

Tak berapa lama lagi, tubuh ini akan terjur di atas tanah, tercampakkan tanpa kehidupan, bagaikan sebatang kayu yang tak berguna. – (Dhammapada 41)

Hidup dalam kesendirian di tengah hutan sayangnya bukanlah kondisi yang ideal, karena dukkha pasti akan menunjukkan taringnya dari waktu ke waktu untuk mengingatkan sang bhikkhu, jika memang ia perlu diingatkan, bahwa dukkha selalu ada di dunia tempat terjadinya kelahiran dan kematian. Karena berada dalam kondisi terlahir, ia dan juga makhluk lain pun pasti akan mengalami kematian.

Pelajaran ini ia dapatkan dari teman dekatnya, karena belum berapa lama ini ia kehilangan seorang teman yang baik. Ia adalah pemuda yang cerdas dan baru saja ditahbiskan sebagai seorang *nain*, seseorang yang

seharusnya mampu memahami Dhamma. Ia mampu hidup dengan cara thudong dan menikmati manfaat yang ia peroleh darinya – kombinasi kualitas-kualitas seperti ini tidaklah banyak.

Hidupnya tiba-tiba berakhir ketika ia berusia sekitar dua puluh tahun, ketika ia terjatuh dari tebing setinggi empat puluh kaki dan kepalanya terhempas di bebatuan. Sang bhikkhulah yang pertama menemukan sang *nain* setelah melalui jalan yang berkelok-kelok. Tidak banyak yang bisa ia lakukan. Setelah memberitahu *nain* yang lain untuk bergegas ke desa terdekat untuk mengambil tandu, ia berlutut di samping satu-satunya teman yang tinggal di tebing berbatu yang sama. Pernapasan sang *nain* masih berfungsi namun dalam helaan napas besar yang tak teratur. Darah yang telah menggumpal mengalir dari tengkoraknya yang telah terbelah dan mengalir dari luka dan goresan di tubuh, lengan dan kakinya. Kematian telah mendekat.

Sambil mengeluarkan tasbihnya, sang bhikkhu membuka salah satu tangan sang *nain* dan menempatkannya di genggamannya. Hal ini berfungsi sebagai objek sentuhan yang bermanfaat (*phassarammana*), jika kesadaran sentuhan sang *nain* masih berfungsi. Setelah memercikkan air penyejuk padanya, ia mulai melantunkan sutta-sutta (tentang ceramah-ceramah) untuk perlindungan (*paritta*). Ia melakukan hal ini supaya ada objek pendengaran yang bermanfaat (*saddarammana*) yang bisa dipegang oleh kesadaran menjelang kematian (*cutti-citta*) sang *nain*. Walaupun ia mencoba untuk melantunkan dengan stabil,

untuk menguatkan sang *nain* yang tengah meregang nyawa – jikalau pun ia benar-benar mendengarnya, suaranya bukannya tanpa gemetar.

Menit-menit pun berlalu dan setelah membuka dengan penghormatan “*Namo tassa...*,” ia pun melantunkan *Karaniya Metta Sutta* (tentang cinta kasih), *Mahamangala Sutta* (tentang berkah utama), dan *Ratana Sutta* secara berturut-turut.¹⁰ Sebagai penutup sutta terakhir: “*Sangham namassama, suvatti hotu* (Kepada Sangha kami bersujud: Semoga kebahagiaan meliputi!)” – ketika kata-kata ini dilantunkan dengan lembut di tengah kilauan cahaya, sebuah napas terakhir ditarik dan kemudian terhenti – dan tubuh itu pun diam bergeming. Teman baiknya telah meninggal sesuai dengan kammanya sendiri dan ia pun mengucapkan dengan penuh kesungguhan: Semoga keadaannya nanti menjadi lebih baik daripada ini! Setelah itu, mungkin untuk menenangkan pikirannya sendiri – dan barangkali, mungkin temannya masih dapat mendengarnya dalam kondisinya yang baru – ia melantunkan bait-bait Buddha *Jayamangala* dengan pengulangan di bagian: “*Dengan kekuatan kebenaran ini semoga engkau mencapai kemenangan dan kesejahteraan.*”

Terdapat kepercayaan umum di negara-negara Buddhis bahwa jasa kebajikan (*puñña*) bisa dilimpahkan dengan catatan seseorang memiliki cinta kasih yang cukup kepada makhluk lain dan kebijaksanaan yang dikembangkan dengan baik. Sebagai perpisahan dengan sang *nain* yang telah meninggal, sang bhikkhu melimpahkan segala jasa kebajikan yang telah ia kumpulkan, termasuk kebajikan

10 Untuk ceramah ini, lihat Wheel No. 54, *The Mirror of the Dhamma*.

yang telah ia kumpulkan melalui pembacaan kutipan kitab suci tersebut.

* * *

Cerita pun berlanjut tiga hari setelahnya, ketika para bhikkhu berkumpul untuk membacakan *chanting* tradisional bagi orang yang meninggal. Ayah *nain* yang meninggal pun telah hadir. *Chanting* berjalan dengan sungguh khidmat dan berlangsung di malam yang hangat, menyebarkan suara penuh kedamaian jauh melampaui jangkauan lampu-lampu yang menerangi hutan bambu tersebut. Duduk di atas tikar yang menutupi tanah, para umat mendengarkan dengan hormat, dengan kedua tangan yang ditangkupkan (*Anjali*), selama *chanting* berlangsung. Sang bhikkhu, duduk di antara yang lainnya di atas beberapa tikar, memusatkan seluruh perhatiannya pada *chanting* itu, tidak hanya melantungkannya dari tenggorokannya, tetapi jauh dari dalam lubuk hatinya.

Sebagai penutup, ada beberapa pembicaraan informal mengenai Dhamma, khususnya mengenai kematian dan kamma, dan kemudian beberapa pembicaraan yang lebih umum mengenai berbagai persiapan pun diangkat. Jika ada orang barat yang hadir, ia mungkin akan melihat bahwa walaupun upacara ini seperti upacara pemakaman, tidak ada seorangpun yang tersedu sedan, atau bahkan terlihat sedih yang mendalam – dan tidak pula ayah dari almarhum *nain* tersebut. Jikalau pun ada air mata yang ditumpahkan untuk kematiannya, curahan air mata tersebut telah berhenti jauh sebelum ini dan dihentikan dengan adanya pemikiran Buddhis tentang kenyataan

bahwa kelahiran kembali akan terjadi sesuai dengan kamma dan menangis tidak akan mengubah apapun. Dan lagi, keputusan untuk hidup di saat ini juga tanpa terikat dengan masa lalu yang sudah tak dapat diputar balikkan. Dan juga renungan bahwa kelahiran kembali mungkin telah terjadi dan harapan agar kelahiran tersebut lebih membahagiakan daripada kondisi sekarang ini; bukankah aneh kalau kita merasa sedih karena seseorang sekarang lebih bahagia daripada kondisi di kehidupan ini? Mengesampingkan segala rasa mengasihani diri sendiri yang sebenarnya menjadi penyebab ratap tangis terhadap kematian, seorang umat Buddha yang baik memusatkan perhatiannya pada situasi saat ini dan melihat apa hal terbaik yang bisa dilakukan sekarang.

Percakapan pun berubah menjadi persembahan seperti biasanya, dalam hal ini dari sang ayah, berupa jubah (*civara*) setelah kematian seorang sanak saudara. Kadang-kadang jubah siap pakai digelar di atas peti mati dan diterima oleh para bhikkhu sebagai *pamsukula* (kain yang sengaja dibuang); di waktu lain, kain putih juga diserahkan dengan cara yang sama untuk dibuat menjadi jubah. Praktik paling ketat yang dijalankan oleh hanya sedikit bhikkhu thudong adalah dengan mengambil kain yang telah digunakan untuk membungkus jenazah dan membuatnya menjadi jubah – praktik ini berasal dari zaman Sang Buddha dan jubah demikian disebut sebagai ‘jubah bekas.’¹¹ Sang bhikkhu ingin memanfaatkan kesempatan ini untuk memperoleh jubah semacam ini. Ayah sang *nain* yang telah meninggal telah membeli kain putih sepanjang kira-

¹¹ Praktik *Pamsukulik'anga* (Mengenakan jubah bekas), *Dhutanga* yang pertama – lihat Kata Pengantar.

kira dua puluh meter untuk jubah pamsukula. Ini kemudian harus dimasukkan ke dalam peti mati dan kemudian dikeluarkan saat akan dibakar. Kemudian, sang bhikkhu akan memotongnya dan menjahitnya untuk membuat pola-pola jahitan tradisional dan jubah-jubah yang ia buat dari kain ini akan selalu mengingatkannya tentang kematian, dari noda-noda dan bau yang melekat, selama beberapa waktu dan sepanjang ingatannya mengenai bagaimana kain itu diperolehnya.

Di hari selanjutnya, setelah memakan makanannya, sang bhikkhu pun mengalihkan perhatiannya pada peti mati besar yang berdiri di bawah pepohonan. Lilin dan dupa, simbol yang digunakan umat Buddha untuk melambangkan Penerangan Sempurna dan harumnya moralitas yang sempurna (*sila*), perlahan pun habis terbakar. Ketika ia mendekati peti mati itu, baunya semakin kuat – bau tubuh manusia yang membusuk itu begitu menjijikkan, menyebarkan bau tak sedap hingga ke jarak yang jauh. Bukannya ia tidak merasa takut terhadap apa yang akan ia lihat saat tutup peti tersebut dibuka, namun karena ia telah membaca penjelasan bagaimana tubuh ini membusuk sesuai dengan renungan meditasi tetapi tidak merasa puas hanya dengan membaca, ia pun ingin melihatnya secara langsung.

Sembari mengangkat tutupnya, ia memandang ke dalam dan ia segera merasa sangat takjub bahwa penjelasan-penjelasan yang bisa ditemukan di *Satipatthana Sutta*,¹² tidak dapat dibandingkan dengan pengamatan secara langsung. Temannya ini, semasa hidupnya, adalah

12 Lihat *Wheel* No. 19, *The Foundations of Mindfulness*.

seorang pemuda tampan, bahkan dengan kepala yang telah dicukur: tubuh yang kini terbujur di depannya terlihat sama mengerikannya seperti yang digambarkan di lukisan dinding biara, dan ini mengingatkannya bahwa tidak ada kata apapun yang cukup untuk mendeskripsikan pemandangan seperti ini.

Jadi, si *nain* muda dengan tubuh yang tanpa cela dan wajah yang menawan pun meninggal hanya tiga hari sebelumnya dan sekarang apa yang sang bhikkhu lihat? Temannya itu tentu saja tidak ada disana! Seonggok benda yang menggembung, yang terdistorsi, yang melepuh dan telah membiru itu bukanlah pria yang ia kenal! Tidak ada satu hal pun disana yang menyerupai dirinya. Tiga hari telah cukup mengubah segalanya. Setelah memperoleh pencerahan ini dan melihat ketidakmurnian dalam tubuh orang yang hidup – apalagi dalam tubuh orang yang meninggal – ia melanjutkan hal yang harus ia lakukan. Jenazah itu telah ditutup dengan jubah bernoda milik sang *nain* yang baru meninggal dan kain putih digelar di atasnya. Setelah menyelesaikan tugasnya, ia menutup kembali peti mati tersebut, menunggu waktu kremasi. Ketika tutup peti tersebut diganti, baunya menjadi tidak terlalu menyengat, namun seluruh pengalaman tersebut telah terpatri dalam-dalam di pikirannya dan tak akan lepas. Tentu, ia bisa mengembangkan hal ini menjadi meditasi yang bermanfaat ketika ia merenungkan tubuhnya *sendiri* tak hanya tidak terlepas dari kondisi seperti itu, tetapi juga merasakan bahwa tubuh tersebut (bukan tubuh'nya') berada dalam kondisi seperti itu.

Kembali ke tempat tinggalnya yang berada jauh di dalam hutan, ia merenungkan: Pemandangan yang begitu mengerikan ini bisa terjadi begitu cepat pada kondisi yang sebelumnya begitu menyenangkan – di mana kondisi seperti ini atau bahkan kondisi yang lebih buruk ini bisa ditemukan, dunia macam apa ini? Siapa yang mau menyia-nyiakan hidupnya setelah melihat hal seperti ini? Siapa yang setelah mengetahui hal ini masih akan disesatkan oleh daya tarik duniawi yang hanya manis di luar saja? Bukankah lebih baik mereka merasakan pil pahit di balik semua itu? Bukankah sekarang saatnya untuk berpaling dari kondisi-kondisi tersebut dan mengecap rasa pahit tersebut? Bukankah sekarang saatnya untuk mengabdikan diri kepada Dhamma yang “indah pada awal, indah pada pertengahan, dan indah pada akhirnya”? Muncul pertanyaan-pertanyaan seperti itu di dalam benak sang bhikkhu.

Bagi mereka yang bisa melakukan lebih, inilah waktunya untuk bergabung bersama jutaan dari mereka yang telah melangkah jauh seperti bhikkhu kita ini, dengan jubah dan mangkuk, menolak semua nilai-nilai duniawi, dan berusaha menumpas ketidaktahuan dan nafsu keinginan (*avijja-tanha*), kondisi kembar yang menyebabkan kepahitan, untuk memenangkan Jalan Sang Pemenang, dan mencapai Penerangan Sempurna.

Demikianlah Ia Yang Tercerahkan bersabda:

“Melepaskan segala gemerlap keduniawian,
Bagaikan pohon dadap menggugurkan
daun-daunnya di musim gugur,
Dan terus maju dalam jubah kuning,
Mengembara sendirian bagaikan badak.

Dan menghapus segala hasrat,
kesesatan, kebencian,
Belenggu-belenggu pun telah dipatahkan
Tanpa ketakutan ketika hidup perlahan surut
Mengembara sendirian bagaikan badak.”



KEDIAMAN THUDONG

Apabila seorang bhikkhu berdiam di tempat yang sepi, telah menenangkan pikirannya, dan telah dapat menembus Dhamma dengan jelas – di dalam dirinya akan muncul kebahagiaan yang jauh melampaui segala jenis kebahagiaan yang dirasakan manusia biasa. (Dhammapada 373)

Sang bhikkhu akan tinggal di tempat manapun yang mendukung praktik meditasi dan mencapai pencerahan, tetapi ada beberapa jenis kediaman yang secara umum lebih cocok baginya daripada kediaman lainnya.

Sejak zaman dulu kala, tempat tinggal yang paling disenangi oleh para bhikkhu thudong adalah sebuah gua, karena memang tempat inilah yang memiliki lingkungan yang terbaik, jika memang menemukan yang cocok. Tidak semua gua cocok untuk meditasi dan sesampainya di suatu gua, sang bhikkhu akan meneliti dan memeriksa gua tersebut dengan mempertimbangkan poin-poin berikut ini.

Biasanya orang-orang sangat suka menjadikan gua sebagai tempat pemujaan – dan beberapa di antaranya sangat indah dengan ratusan atau ribuan patung Buddha dengan ukuran yang berbeda-beda di sekeliling gua, yang diletakkan di bebatuan dan stalagmit di dekat lantai, menatap ke bawah dengan penuh cinta kasih dari atas altar di dekat atap yang menjulang tinggi. Gua-gua seperti ini dan gua lainnya yang lebih sederhana terkenal sebagai tempat peziarahan yang indah serta mudah dijangkau. Sekarang, jika sang bhikkhu ingin berdiam di gua semacam itu, ia tentu akan terganggu oleh orang-orang yang datang ke tempat pemujaan tersebut. Selain suara bising yang mereka timbulkan, beberapa orang pasti akan mendatanginya, mungkin mencoba untuk mengajaknya bicara, atau datang meminta jimat atau pemberkahan, karena pandangan umum tentang ‘kesucian’ agak melenceng atau lebih berbeda dari pandangan tentang kebebasan dari belenggu-belenggu (*samyojana*), yang menjadi penanda seorang Suciwan (*ariya*) berdasarkan Kitab Pali. Oleh karena itu, jika ia tidak berkeinginan untuk mengajarkan Dhamma, apalagi berurusan dengan hal-hal duniawi, ia akan menghindari gua-gua semacam itu.

Selain manusia, kelelawar juga sangat suka tinggal di dalam gua-gua di tengah kegelapan bersama ribuan kawanan mereka. Mereka juga menimbulkan suara-suara cicitan dan hembusan, tetapi suara-suara mereka tidak seberapa dibandingkan dengan bau kotoran mereka. Kotoran mereka mungkin cocok sebagai pupuk tanaman, tetapi tidak baik untuk hidung seorang meditator. Biasanya, mereka tidak akan tinggal di dekat pintu masuk

gua, khususnya ketika cahaya matahari masuk sehingga, dengan kondisi lain yang juga mendukung, sang bhikkhu bisa bertempat tinggal disana.

Kondisi lainnya mencakup kebisingan dan panas. Di zaman yang penuh hiruk pikuk ini, kotak-kotak besi yang bising dengan bentuk yang beragam berlalu lalang di daratan, lautan, dan udara, dan suara mereka herannya sulit sekali dihindari. Oleh karena itu, gua-gua yang dekat dengan landasan udara, jalan raya ataupun rel kereta api juga akan dihindari.

Keuntungan besar dari sebuah gua di negara tropis adalah suhunya yang tetap. Terasa sejuk bahkan di hari-hari terpanas di musim panas, dan hangat di malam-malam terdingin pada musim dingin, kondisi ini sangatlah cocok bagi bhikkhu yang bermeditasi. Oleh karena itu, gua-gua yang memiliki bukaan besar di sisi selatan atau barat kurang cocok untuk cuaca panas. Ketidaknyamanan lain yang perlu dipertimbangkan adalah bahaya dari bebatuan yang runtuh dan adanya karbon dioksida. Selain itu, terkadang para dewa bumi (*bhummadevata*) menghuni gua-gua tertentu dan tidak semuanya akan mempersilakan seorang bhikkhu untuk tinggal disana karena hal ini akan mengganggu kesenangan mereka. Memanglah benar, ada kisah tentang bhikkhu-bhikkhu yang diusir oleh roh-roh tetapi setidaknya ada satu contoh yang dialami seorang bhikkhu berpengalaman (yang belakangan ini dikenal sebagai guru meditasi tenar di negara ini) yang duduk diam dari malam ke malam di sebuah gua, mengalahkan segala usaha para dewa yang ingin mengusirnya. Sang

bhikkhu, jika ia cukup bijak, akan mencari perlindungan dari dewa apapun yang tinggal disana, ketika ia pertama kali tiba di suatu gua. Dengan para dewa memberikan restu dan berkah mereka pada usaha-usahanya, meditasi tentu akan menjadi lebih mudah; sementara, jika terjadi hal sebaliknya, meditasi akan menjadi tidak memungkinkan.

Akhirnya, sebuah pertimbangan yang sangat penting: jarak kediaman tersebut dari desa terdekat. Karena kebanyakan bhikkhu thudong bepergian untuk memperoleh dana makanan setiap hari dan karena para bhikkhu tidak diperbolehkan menyimpan makanan, jadi suatu desa haruslah bisa ditempuh dengan berjalan kaki. Sejauh apa jaraknya tergantung pada kekuatan dan usia sang bhikkhu. Jarak setengah atau satu mil adalah yang terbaik karena terhindar dari kebisingan desa, tetapi ada pula gua yang walaupun kondisinya ideal, tetapi jarak tempuhnya terlalu jauh dari desa untuk sang bhikkhu berjalan pulang pergi. Dalam kasus ini, para warga desa akan membantu sang bhikkhu dengan membawa makanannya sampai ke tengah jalan.

Pertama-tama ia mungkin merasa tinggal di gua itu sedikit menyeramkan dan jika muncul rasa "takut, gemetar atau bulu kuduk yang merinding", tak diragukan lagi ia akan setidaknya mengingat *Metta Sutta* (ceramah Sang Buddha tentang Cinta Kasih). Selain itu, yang cocok untuk dilantunkan di saat seperti ini adalah Khotbah tentang Bendera (*Dhajagga Sutta*)¹³, di mana obat yang direkomendasi oleh Sang Buddha untuk menyembuhkan rasa takut adalah dengan mengingat Sang Buddha,

13 <https://www.sariputta.com/paritta/34/ID/dhajagga-sutta>

Dhamma dan Sangha.¹⁴ Jika sang bhikkhu cukup piawai dalam membaca tulisan Pali, ia akan mengingat Khotbah tentang Ketakutan dan Kengerian (*Bhayabherava Sutta* dalam *Majjhima Nikaya*) di mana Sang Buddha menjelaskan cara beliau melatih dirinya sendiri untuk waspada dan sadar terhadap rasa takutnya ketika ia masih menjadi seorang Bodhisatta (makhluk bijaksana yang berjuang mencapai Kebuddhaan).

Seperti apakah sang bhikkhu di dalam guanya? Jika ia berdiam cukup lama di sana, ia mungkin akan membangun sebuah kasur bambu atau kayu untuk menggantung *crotnya*. Di satu sisi lainnya, ia akan menggantung tas dan pelitanya. Di dekatnya akan diletakkan wadah air, dan jika gelap, mungkin akan ada obor. Mangkuknya diletakkan dengan aman di atas batu yang rata, sementara jubah yang tidak sedang ia pakai dilipat dengan rapi di atas kasurnya. Ia pun duduk dengan tenang sesuai dengan arah kepalanya ketika ia berbaring. Jika sang bhikkhu ingin berjaga dengan penuh perhatian, akan sulit untuk bahkan mendeteksi setiap gerakan napas dalam tubuh, yang terbalut dalam lipatan jubah kuning yang sedikit rombeng. Di atasnya, langit-langit atap yang melengkung dan misterius pun menenggelamkan cahaya yang samar. Suara tetesan air dari tiang-tiang gua yang perlahan namun pasti mempertemukan atap dan lantai gua pun terdengar teratur dan samar. Cahaya matahari menembus dedaunan selama beberapa menit dan kemudian lenyap, dan seekor lebah terbang ke dalam namun tidak menemukan apapun

¹⁴ Jika ia memiliki sebuah patung Buddha kecil atau buku Dhamma, ia akan menemukannya dengan penuh hormat di dekat kepalanya.

sehingga akhirnya keluar dari sana. Semuanya begitu tenang, begitu hening.

* * *

Ia yang duduk dalam kesendirian, tidur dalam kesendirian, berjalan dalam kesendirian, ia yang kuat dan mampu menaklukkan dirinya sendiri, akan menemukan kebahagiaan dalam kesendiriannya di tengah hutan.¹⁵ (Dhammapada 305)

Sejauh ini, gua adalah tempat tinggal terbaik namun mereka sangat jarang ditemukan, khususnya yang kondisinya ideal, sehingga kita perlu membahas lebih lanjut tentang 'rumah' para bhikkhu thudong yang lebih umum – hutan.

Ada beberapa keuntungan dari bertempat tinggal di hutan. Pertama, ada banyak hutan di negara-negara Buddhis. Lalu, karena tempat semacam itu bukanlah tempat yang senang ditinggali oleh kebanyakan orang (kecuali mereka merasa aman dan nyaman dalam sebuah rumah yang kokoh), sang bhikkhu thudong pun kemungkinan besar tidak akan terganggu disini, setidaknya tidak oleh sesama manusia. Seperti tempat tinggal thudong lainnya, hutan menghasilkan rasa puas dalam kesederhanaan; selain itu, ia juga membuat pengembangan *metta* atau cinta kasih menjadi sangat penting.¹⁶

15 Bait ini menyimpulkan Praktik *Dhutanga* yang kedelapan (*Araññik'anga*) – Lihat Kata Pengantar.

16 Lihat WHEEL No. 7, Praktik Cinta Kasih (*The Practice of Loving-kindness*).

Selain keuntungan-keuntungan tersebut, terdapat pula beberapa rintangan batin yang mungkin bisa dilatih selama berdiam di hutan. Sebagai contoh, *metta* menjadi cukup penting dengan adanya makhluk-makhluk yang mungkin tidak senang dengan kehadiran sang bhikkhu, dan yang paling berbahaya adalah ular. Hal ini diperjelas dalam Pali Kanon dengan adanya lantunan khusus, yaitu Khanda *Paritta*, di mana dalam lantunan tersebut seseorang menekankan bahwa ia memiliki *metta* kepada semua makhluk dan tidak akan membahayakan mereka, termasuk pula empat spesies ular.

Ada sedikit cerita untuk menjelaskan hal ini. Ada seorang bhikkhuni tua yang tinggal di sebuah gubuk kecil di dekat hutan. Di gubuknya terdapat satu pintu dan ia biasanya duduk di atas lantai bambu untuk bermeditasi, dengan menghadap dinding di seberangnya. Ia sudah terbiasa melihat ekor kadal besar yang muncul dari balik atap jerami gubuk tersebut. Sesekali mereka jatuh namun karena tidak terlalu berbahaya, mereka akan kabur dengan cepat. Suatu hari, ia mendengar suara gedebuk di lantainya dan ia pun membuka matanya, namun bukan kadal yang ia lihat, tetapi seekor ular berbisa yang menggeliat-geliat dengan marah. Seketika itu juga ia bermeditasi dengan objek *metta*, meliputi dirinya dan seluruh gubuk dengan semangat cinta kasih ini. Ular tersebut, yang berada di antara dirinya dan pintu, yang sebelumnya mengancam untuk menyerang, kemudian melingkarkan dirinya dengan tenang dan setelah beberapa menit, ia pun merayap keluar ke pintu. Kisah nyata ini menggambarkan kejadian yang cukup umum ditemui oleh mereka yang berdiam di hutan:

bagaimana seorang meditator bisa berhadapan langsung dengan dunia hewan yang buas. Bukankah hal tersebut sudah cukup menjelaskan nilai *metta* di lingkungan seperti itu?

Sementara kekuatan *metta* Sang Buddha begitu besar hingga beliau mampu menenangkan gajah liar Nalagiri yang mengamuk, sekarang ini ada banyak bhikkhu thudong yang telah terus menetap di hutan untuk mengembangkan Brahma-vihara¹⁷ (Sifat-sifat Luhur – yaitu cinta kasih, kasih sayang, rasa simpati dan keseimbangan batin), dan menjadi teman baik dengan hewan-hewan di hutan. Bagi manusia yang memiliki cinta kasih – dan tiada ketakutan karena tidak ada kebencian di dalam dirinya – kepada makhluk lain, makhluk-makhluk lain pun tidak akan takut padanya. Dalam hubungan seperti ini, ada beberapa kisah Jataka yang menceritakan kehidupan pertapaan Bodhisatta di hutan, di mana semua jenis hewan menjadi temannya.

Akan tetapi, ada juga makhluk yang tidak merespon *metta* dengan baik sehingga, kembali pada pembahasan mengenai sang bhikkhu thudong, akan lebih bijak baginya untuk tidak menggelar kain duduknya di sepanjang jalur sarang semut, dan tidak juga memasang *crot*-nya di dekat genangan air. Genangan air akan menarik perhatian nyamuk-nyamuk kelaparan. *Crot* memang merupakan perlindungan yang efektif dari nyamuk-nyamuk, namun, dalam keadaan terpasang, suhu bisa menjadi panas di dalam, sedangkan jika dibuka, suhu akan lebih sejuk. Jadi jika ada tempat yang cukup terbebas dari nyamuk, setidaknya

17 Lihat WHEEL No. 6, Empat Keadaan Luhur (*The Four Sublime States*).

di siang hari, sang bhikkhu bisa menetap di sana dengan lebih menyenangkan. Sedangkan untuk semut, mereka ada dalam berbagai bentuk dan warna dan bermacam-macam ukuran dan mereka ada dimana-mana, dan lebih baik bagi sang bhikkhu untuk beranggapan bahwa semua jenis semut bisa menggigit, jadi akan lebih baik baginya untuk menjauh dari jalur, jalan dan pintu masuk mereka. Beberapa tetes minyak tanah yang dipercikkan di sekitar kain duduknya akan mengamankannya dari serbuan mereka.

Jika hutan yang ditinggali bukanlah hutan yang tua dan lebat dengan pepohonan, sang bhikkhu akan mengalami kondisi ekstrim panas dan dingin, yang tidak akan dirasakan oleh mereka yang bertempat tinggal di gua. Di musim panas, terik matahari menyerang dari langit tak berawan di atas, dan sedikit peneduh dari *crot* miliknya tidak akan cukup. Bahkan di bawah sebatang pohon pun, setidaknya di hutan terbuka, angin panas bisa saja berhembus dan membuat hidup menjadi sedikit tak menyenangkan.¹⁸ Kondisi-kondisi di hutan hujan yang lebat dan teduh cukup menyerupai kehidupan di gua, hanya saja lebih banyak gigitan yang perlu diperhitungkan, begitu pula dengan hujan.

Bagi seorang bhikkhu thudong, berdiam di hutan sepanjang tahun hanya mungkin dilakukan jika ia memiliki sebuah gubuk kecil untuk melengkapi perlindungan *crot*-nya.¹⁹ Selama tiga bulan Musim Penghujan (Masa Vassa

18 Oleh karena itu, praktik *Dhutanga* kesembilan (*Rukkha-mulik'anga*) memungkinkan untuk dilaksanakan di tempat dan pada waktu tertentu. Lihat Kata Pengantar.

19 Sehingga membatasi praktik *Dhutanga* yang kesepuluh, *Abbhokasik'anga* (Menetap di tempat terbuka), dengan melaksanakannya hanya di musim kering dan tempat-tempat

– berkisar antara Juli hingga September), ia harus selalu bertempat tinggal dengan atap di atas kepalanya. Cukup umum bagi para bhikkhu thudong untuk memiliki sebuah gubuk kecil dari kayu atau bambu yang dibangun oleh seorang pendukung di tempat yang cocok di hutan dan tinggal di sana sendirian ataupun dengan seorang *nain* atau seorang pemuda untuk membantu dirinya.

Kehidupan dalam hutan sebenarnya jauh dari ketenangan karena, selain dari suara yang sesekali ditimbulkan oleh hewan-hewan yang lebih besar, hewan-hewan yang lebih kecil, khususnya serangga, selalu menimbulkan kebisingan yang terus menerus. Jangkrik dan belalang, walaupun berukuran kecil, mampu menghasilkan suara keras yang kadang-kadang menyerupai suara kereta api! Satu-satunya saat di mana mereka diam adalah ketika mereka sedang terlelap. Ini biasanya terjadi saat tengah hari yang panas dan siang hari, serta selama pertengahan malam hari. Sayangnya, ketenangan ini bertepatan dengan saat-saat di mana manusia cenderung ingin tertidur juga.

Walaupun begitu, kondisi hutan sangatlah beragam dan sang bhikkhu tidak akan menemukan seluruh kondisi yang tidak menyenangkan itu dalam satu kesatuan, namun karena dunia ini adalah suatu tingkatan *samsara*, akan selalu ada satu atau dua alat pengganggu yang mengerubungi obat salep.

Mari kita membayangkan sang bhikkhu pada suatu malam di musim panas, dengan diterangi cahaya rembulan. Angin yang menyejukkan berhembus di sela-sela pepohonan

yang sejuk: lihat Kata Pengantar.

yang tak berdaun, sementara mengisi udara dengan harumnya bunga-bunga pohon yang bermekaran. Sebuah gubuk bambu kecil berdiri di atas tiang-tiang kayu dan seorang pemuda tertidur di atas teras terbukanya. Sang bhikkhu melangkah kakinya sejauh tiga puluh kaki di bawah pepohonan yang tinggi. Ujung jalan yang gelap diterangi oleh cahaya lilinnya yang digantung pada sebatang pohon sementara rembulan menerangi sisi gelap yang lain. Cahaya sangat penting karena ada hewan kaki seribu yang bisa saja bertempat tinggal di sisi manapun dari langkah kakinya dan juga senang berkeliaran di atas permukaan yang halus dan bersih tersapu.

Sang bhikkhu pun menyelesaikan langkahnya dan dengan penuh kontemplasi kembali ke gubuknya. Ketika ia menaiki tangga bambu menuju teras, ia berhenti di ambang pintu menuju ruangnya yang kecil. Di pintu tersebut terpasang papan kayu pelitur yang di permukaannya terukir tulisan:

Handa dani bhikkhave, amantayami vo:

*Vayadhamma sankhara, appamadena
sampadetha'ti.*

“Perhatikanlah, O para bhikkhu, inilah nasihatku:

Seluruh bentuk perpaduan akan mengalami
kehancuran,

Berjuanglah dengan sungguh-sungguh!”

Ini adalah kata-kata terakhir Sang Buddha yang tercatat: nasihat terakhirnya kepada bhikkhu-bhikkhu thudong di masa itu.²⁰

Bagi sang bhikkhu thudong, kini kata-kata tersebut sangat bermakna, tidak hanya sebagai petunjuk terakhir, karena praktiknya sendiri – mungkin juga realisasinya – berjalan sesuai dengan petunjuk tersebut.

* * *

'Seandainya seseorang bertemu dengan orang bijaksana yang mau menunjukkan dan memberitahukan kesalahan-kesalahannya seperti orang yang menunjukkan harta karun, hendaklah ia bergaul dengan orang bijaksana itu. Sungguh baik dan tak tercela bergaul dengan orang bijaksana.

Biarlah ia memberi nasihat, petunjuk dan melarang apa yang tidak baik. Orang bijaksana akan dicintai oleh orang yang baik dan dijauhi oleh orang yang jahat.' (Dhammapada 76-77)

Guru-guru terbaik untuk tradisi thudong telah sangat sering berkelana selama hidup mereka, tidak pernah menetap terlalu lama di satu tempat kecuali selama Musim Hujan (Masa Vassa) tahunan, atau ketika usia uzur

²⁰ Lihat WHEEL No. 67-69, halaman 75.

memaksa mereka untuk menetap di satu tempat. Beberapa tidak pernah mendirikan vihara (tempat tinggal monastik), dan menyerahkan hal-hal ini pada murid-murid mereka yang tangkas dalam hal semacam ini.

Namun begitu, sang bhikkhu, khususnya jika ia masih membutuhkan bimbingan, boleh tinggal di sebuah vihara thudong. Ini akan sedikit berbeda dari vihara biasa dimana pada umumnya dua hingga tiga orang bhikkhu tinggal bersama-sama dalam gubuk besar (kuti), atau jika mereka tinggal sendiri-sendiri, tempat tinggal mereka akan dibangun saling berdekatan di sekitar aula utama (*sala*). Sebuah vihara thudong berbeda dalam hal perletakan gubuk-gubuknya, yang tidak terlihat satu sama lain. Ini tidaklah sulit karena kayu, bambu dan jerami menyatu dengan baik bersama hutan di sekitarnya. Di masing-masing gubuk, satu orang bhikkhu menetap di sana dan mengatur waktunya sesuai dengan latihan dan kemampuannya.

Sang bhikkhu tidak akan sering bertemu dengan penghuni lainnya; paling banyak hanya sekali atau dua kali sehari. Kali pertama adalah ketika semuanya berkumpul di aula untuk mempersiapkan diri mereka untuk *pindapata*, sementara kali kedua mungkin di sore hari, ketika minuman buah disajikan. Di saat ini pulalah, sang guru meditasi yang mulia akan memberikan petunjuk, yang ia anggap sesuai. Petunjuk umum, misalnya yang terkait dengan Vinaya (aturan-aturan monastik), akan diberikan kepada para bhikkhu yang menghuni di sana setiap Hari Suci (uposatha – Hari Bulan Purnama Penuh dan Setengah)

setelah pembacaan *Patimokkha* (Aturan Dasar bagi para bhikkhu).

Jika sang bhikkhu ingin memperoleh petunjuk secara individual terkait beberapa hal, ia akan mendatangi gurunya setelah ceramah sore selesai diberikan, dan setelah memberi penghormatan padanya dengan tiga sujud, ia akan bertanya padanya dengan penuh hormat. Jika kita ada di aula tersebut, dengan ditemani oleh dahan-dahan pohon dan lilin-lilin yang menyala di hadapan altar emas Sang Buddha, kita akan bisa melihat betapa besar penghormatan yang ia berikan kepada gurunya. Ia duduk dengan posisi yang penuh hormat, tidak pernah menjulurkan kakinya ke arah sang guru, dan selalu menangkupkan kedua tangannya (*Anjali*) ketika berbicara kepada gurunya, dan ketika sang guru berbicara padanya, ia menangkupkan kedua tangannya di pangkuannya dan mendengarkan dengan saksama. Guru tersebut, bagi sang bhikkhu, adalah seseorang yang telah berpengalaman dalam Dhamma, pada tahap tertentu di dalam hatinya, dan ia tidak hanya memperoleh pengalaman tersebut dari membaca buku-buku. Guru-guru seperti inilah yang patut diberikan penghormatan dan siapapun yang menemui guru seperti ini, namun tidak memberikan penghormatan yang semestinya, bisa dianggap sulit untuk diajari – karena di dalam dirinya terdapat keangkuhan yang kuat.²¹

Di beberapa vihara thudong, bagi mereka yang praktiknya tidak terlalu ketat, biasanya diadakan meditasi dan puja bersama di pagi hari sebelum *pindapata* dan sekali lagi

²¹ Untuk kasus yang menarik tentang hal ini di zaman dulu, lihat "Sutra Hui Neng (Wei Lang)" dan pertemuan sang master dengan Bhikkhu Fa-Ta.

pada sore hari. Beberapa guru memperkenankan hal ini sementara yang lain lebih memilih murid-murid mereka untuk hidup lebih menyendiri. Kedua hal ini bisa bermanfaat bagi sang bhikkhu, tergantung karakter dan kemajuan masing-masing.

Pada malam uposatha, adalah suatu kebiasaan di beberapa vihara thudong untuk melantunkan ceramah-ceramah Sang Buddha sepanjang malam, dan para bhikkhu tidak tidur.²² Ini bisa diselengi dengan beberapa petunjuk dari sang guru meditasi dan mungkin dengan latihan meditasi berjalan oleh masing-masing individu. Ketika latihan menjadi lebih mendalam, *chanting* ini, dengan pelan dan berirama, dapat membantu pencapaian dalam meditasi.

Berkaitan dengan hal ini, dulu ada seorang bocah laki-laki berusia dua belas tahun yang duduk bersama dengan umat awam saleh lainnya di suatu sore, bersama-sama berlatih meditasi sementara para bhikkhu melantunkan *chanting*. Ia tidak tahu apapun tentang cara berlatih, dan ia juga tidak pernah duduk dengan postur meditasi sebelumnya. Namun seorang guru meditasi yang sangat hebat menetap disana pada masa itu dan ia tengah memimpin para bhikkhu dalam *chanting* tersebut. Gabungan dari seluruh faktor ini menuntun sang bocah pada tingkatan-tingkatan konsentrasi batin hingga akhirnya ia mencapai meditasi penuh (*appana Samadhi*). Ia masih duduk diam bergeming ketika para bhikkhu telah bersiap-siap untuk *berpindapata*. Saat sang guru meditasi melihat dirinya, ia memutuskan bahwa bocah tersebut bisa menjadi

²² Ini adalah modifikasi dari Praktik *Dhutanga* ketiga belas (Nesajjik'anga – praktik posisi duduk). Lihat pula Kata Pengantar.

murid yang baik. Setelah membangunkan dirinya, dan memberikan aturan moralitas padanya, bocah tersebut pun tinggal di vihara tersebut dan belajar dari sang guru.

Ada pula bhikkhu, yang terlatih baik dalam meditasi, yang terkenal karena dengan mudahnya ia mampu mengendalikan tubuhnya. Ketika ia duduk di vihara pada pukul delapan saat malam uposatha, ia tidak perlu mengubah posturnya hingga pukul enam keesokan paginya. Ia tidak pernah bangkit dari duduknya, pandangannya tidak pernah berkeliaran kemana-mana, ia hanya berkonsentrasi pada *chanting* dengan penuh penghayatan.

Sang bhikkhu kita akan dianjurkan oleh gurunya untuk tinggal bersamanya hingga sang guru merasa bahwa ia sudah memiliki pengetahuan Dhamma yang cukup serta praktik meditasi yang cukup kuat baginya untuk bisa berlatih sendiri di gua ataupun di hutan. Ada pula murid yang memilih untuk tinggal bersama guru mereka hingga kematian memisahkan. Ada pula yang ingin segera pergi dan melanjutkan latihannya sendiri. Kadang kala, yang terjadi adalah si murid mengalami kegiuran atau kenikmatan dalam pemusatan pikiran (*jhana*), dan dengan berpegang pada hal ini, karena kurangnya pengetahuan Dhamma dan bimbingan dari guru mereka, mereka mengira bahwa mereka telah mencapai kesucian (*ariya*). Kadang-kadang beberapa bhikkhu seperti ini mengumumkan hal ini dan memperoleh cukup banyak pengikut: namun, kemahsyuran mereka segera memudar karena tidak ada seorangpun yang bisa berpura-pura

menjadi seorang arahat (orang bijaksana yang sempurna), ataupun bahkan mencapai tingkat kesucian yang lebih rendah sekalipun, baik secara sengaja ataupun tidak.

Seorang guru yang terkenal suatu kali memiliki seorang murid yang mengakui dirinya sebagai seorang arahat, tetapi sang guru mengetahui bahwa ia bukanlah seorang arahat, dan pikirannya betul-betul dipenuhi dengan persepsi yang keliru (*vipallasa*). Di saat bersamaan, sang guru juga memiliki murid lain yang walaupun tidak bisa membaca ataupun menulis, namun sangat berpengalaman dalam Dhamma sehingga ia dianggap banyak orang sebagai seorang arahat yang sesungguhnya. Ia tinggal sendirian di suatu gua dan jarang sekali berbicara, dan walaupun ia berbicara, ia hanya mengucapkan kata-kata Dhamma, bukan omong kosong ataupun basa-basi. Guru yang terkenal ini terbiasa mengutus murid-muridnya yang berpandangan salah untuk menemui muridnya yang hebat ini, yang benar-benar sangat ia hargai. Jadi ia mengutus murid yang tersesat ini kepadanya. Kata pertama dan satu-satunya yang diucapkan murid hebat ini kepada murid yang tersesat adalah: "Duduklah di sini." Murid hebat ini tidak memberikan petunjuk apapun pada murid yang tersesat, ia hanya duduk bermeditasi dengannya dari siang hingga malam hari, dan hanya berhenti untuk kebutuhan yang paling pokok. Setelah menerima perlakuan keras ini selama dua minggu, murid yang tersesat ini setidaknya menyadari bahwa ia sama sekali bukanlah seorang arahat, dan ia pun lalu kembali untuk tinggal bersama gurunya. Dalam hal ini, ia telah disembuhkan dari bentuk distorsi pikiran (*vipallasacitta*).

Dengan menetap di vihara, setidaknya untuk beberapa lama, akan membantu bhikkhu thudong dalam memperkuat latihan meditasinya, dan rasa “takut, gemetar, dan bulu kuduk yang merinding” yang mungkin saja akan mudah ia alami di lingkungan-lingkungan yang lebih terpencil, bisa lebih jarang terjadi.

Ia memperoleh bimbingan dari seorang Sahabat Sejati (*kalyana-mitta*, sebagaimana sang guru meditasi disebut), dan juga mempunyai hubungan persahabatan yang baik, yaitu antara sesama bhikkhu dengan para *nain* yang juga bersama-sama berjuang mencapai pembebasan pikiran. Dalam hal ini ia memiliki lingkungan terbaik untuk kemajuan meditasinya dan bisa tinggal bersama gurunya selama bertahun-tahun. Hal ini tepat khususnya jika si murid menemukan guru yang tepat yang dapat memberikan petunjuk yang benar sebelum ia pergi. Karena seperti para murid yang memiliki bermacam-macam kekotoran batin dalam sifat-sifat mereka yang berbeda, begitu pula para guru yang juga beragam dalam hal kemampuan dan pencapaian.

* * *

‘Bagaikan badai yang tak mampu mengguncang gunung karang, begitu pula dengan Mara, yang tak akan pernah mampu menguasai ia yang selalu merenungkan ketidaksucian (pada jasmani), ia yang terkendali inderanya, sederhana dalam makanan, dan yang penuh keyakinan serta selalu bersemangat.’ – (Dhammapada 8)

Apa yang bisa kita katakan mengenai jenis tempat tinggal bhikkhu yang lain? Umumnya para bhikkhu thudong tidak terlalu senang tinggal di gunung – kecuali jika terdapat sebuah desa di sekitarnya ataupun di ketinggian yang kurang lebih sama. Sang bhikkhu mengetahui bahwa mangkuknya yang penuh nasi terasa cukup berat, khususnya setelah perjalanan yang cukup panjang, terlebih jika ia harus membawanya di sepanjang jalan pegunungan. Kapanpun para bhikkhu berhenti bergantung pada *pindapata*, sebagai contoh di China, mereka akan mampu tinggal di gunung yang tinggi dalam kedamaian dan kesendirian.

Salah satu kediaman yang dianjurkan dalam “Jalan Pemurnian” (*visuddhimagga*) adalah tanah kuburan atau pemakaman. Di sini dikatakan bahwa tempat ini adalah kediaman yang cocok untuk sifat-sifat tamak (*lobha*). Ternyata di India kuno, terdapat kebiasaan untuk membawa jasad ke bagian khusus di suatu hutan dan meninggalkan jasad tersebut hingga membusuk. Oleh karena itu, dengan ditemani sedikit cahaya di tempat tersebut, bhikkhu thudong dapat melihat segala jenis tahapan pembusukan pada jasmani – sebagaimana dijelaskan dengan rinci di karya tulis berikut.²³ Tentu saja, pemandangan seperti ini merupakan pelajaran yang tidak dapat dilupakan mengenai apa yang akan terjadi pada tubuhnya sendiri.

Sekarang ini, di negara ini, kuburan seperti ini sulit ditemui, karena prosesi dengan kremasi cepat atau lambat akan segera menggantikan prosesi dengan cara pembusukan

²³ Lihat Ch. VI, “Kekotoran sebagai subjek meditasi.” Ini juga merupakan Praktik Susanik’anga (Bertempat tinggal di tanah perkuburan), *Dhutanga* kesebelas. Lihat pula Kata pengantar.

alami seperti itu. Oleh karena itu, sekarang hampir mustahil untuk tinggal di lingkungan seperti ini dan yang terbaik adalah tinggal di dekat tempat kremasi. Biasanya tidak banyak tulang belulang yang tersisa, hanya gundukan abu, namun tetap saja, bagi banyak orang, ketakutan terhadap roh atau hantu (*peta*) masih perlu diatasi. Pada umumnya, banyak yang beranggapan bahwa kelahiran roh/hantu terjadi segera setelah kematiannya, dan roh atau hantu kelaparan tersebut akan berkeliaran di dekat bekas tubuhnya, terkadang dengan niat jahat sementara yang lain mungkin dengan maksud yang lebih baik. Hal ini terkadang terjadi ketika seseorang terlahir sebagai *peta* setelah kematiannya karena perbuatannya yang seperti *peta*, namun pada umumnya orang berasumsi bahwa hal ini bersifat tidak pasti.

Bagaimanapun, menetap di tempat seperti ini membutuhkan kewaspadaan yang cukup. Jika sang bhikkhu memiliki watak yang suka berkhayal, ia harus mampu mengendalikan segala khayalannya sebelum menetap di tempat kremasi. Khayalan yang tak terkendali jika dipadukan dengan kesendirian, suara-suara di malam hari serta lingkungan sekitar yang gelap dapat membuat pikiran menjadi tidak seimbang.

Bertahun-tahun yang lalu, ada seorang *nain* yang baru saja ditahbiskan dan baru berusia lima belas tahun. Guru meditasinya mengutusnyanya untuk menginap di sebuah perkuburan dan tempat kremasi yang letaknya jauh dari desa, di tengah hutan. Karena tidak mengetahui bahwa sebaiknya ia memeriksa tempat seperti ini di siang hari

terlebih dahulu – untuk memastikan lokasi bebatuan, pepohonan, batu nisan dsb. – ia tiba ditempat tersebut saat senja. Setelah meletakkan sehelai kain untuk duduk dan memasang *crot*-nya, ia mulai melihat ke sekelilingnya. Setelah menemukan tempat yang sesuai untuk berjalan bolak-balik, ia memutuskan untuk memulai meditasinya dengan berjalan. Ketika ia menoleh, terlihat olehnya di suatu sudut, sesosok bayangan hitam yang besar menjulang tinggi, dengan tangan bergerigi yang terulur, dan jari yang menyerupai cakar siap mencengkeram dirinya. Dalam ketakutan dan rasa gemetar, ia melanjutkan meditasi jalannya dan karena ketakutan yang amat besar terhadap ‘sesuatu’ yang tidak diketahui itu, ia sama sekali tidak duduk atau berbaring semalaman, tetapi hanya melakukan meditasi berjalan dan berdiri (dengan sesekali melihat apakah ‘sosok itu’ bergerak atau tidak). Ketika pagi menjelang, ‘sosok itu’ menjadi lebih terang dan tidak menakutkan, perlahan menunjukkan wujud aslinya yang ternyata hanyalah sebuah batang pohon yang bentuknya aneh tak keruan!

Karena kebudayaan telah begitu banyak berubah dan perkuburan semacam ini sudah tidak dapat ditemui, bertahun-tahun yang lalu di negara ini ada seorang bhikkhu senior yang memutuskan untuk mengembalikan hal ini. Guru ini tinggal di sebuah vihara kecil di sebuah hutan di luar sebuah kota kecil di dekat ibukota Ayuthia yang terdahulu. Hanya sedikit bhikkhu yang menetap di vihara ini karena setelah mereka melihat apa yang ingin mereka lihat, sang guru akan mengirim mereka ke luar

untuk berlatih sendiri. Dan apakah yang mereka lihat itu?

Guru ini membangun sebuah kebun bunga dan di sekelilingnya ia membangun dinding tinggi yang hanya bisa ditembus melalui satu pintu yang digembok. Bunga yang tumbuh di kebun ini sangatlah istimewa, bunga-bunga istimewa para bhikkhu. Bunga-bunga yang dimiliki para umat berwarna indah, dengan bentuk-bentuk yang menarik dan wangi yang menyenangkan, tetapi bunga-bunga para bhikkhu, walaupun memiliki warna, bentuk dan aroma yang beragam, benar-benar berbeda dibandingkan bunga lainnya. Di dalam kebun ini terdapat bak-bak terbuka yang ditutup dengan bingkai kaca yang di salah satu ujungnya berdiri sebuah pipa panjang. Ketika ada orang di kota yang meninggal, sang guru akan pergi dan mengangkut jenazah itu sendiri, menyampirkannya di bahunya. Ia pun akan membawanya ke kebunnya dan menaruh jasad tersebut di salah satu bak dan menutupnya dengan bingkai kaca.

Ketika ada bhikkhu yang menginginkan subjek meditasi datang menemuinya, sang guru akan menjelaskan padanya bahwa ia hanya mengajarkan Kontemplasi Perkuburan. Pada awalnya, sang guru akan menemaninya ke kebun tersebut saat hari masih terang dan membiarkannya memilih 'bunga' yang cocok untuk meditasinya. Kemudian ia akan membiarkan sang bhikkhu masuk ke sana sendirian, untuk memusatkan pikirannya pada objek tersebut. Akhirnya, ia diizinkan untuk pergi ke sana di malam hari dan menjalani kegelapan malam dengan bermeditasi merenungkan 'bunga' yang dipilihnya. Kemudian setelah

objek meditasi tersebut telah dipegang dengan teguh, sang guru akan menyuruh bhikkhu tersebut untuk pergi dan bermeditasi sendiri.

Sebelum ia pergi, ia akan diberikan petunjuk tentang aspek meditasi yang lebih mendalam, yang menekankan bahwa bukan tubuh 'di luar itu' yang ia lihat, atau yang ia bayangkan. Tubuhnya sendirilah yang harus ia renungkan dengan penampakan kembang, bernanah, ataupun tulang belulang, sesuai dengan tahap pembusukan yang dipilih. Demikianlah bagaimana para bhikkhu pada waktu itu mampu membebaskan pandangan salah mereka tentang tubuh ini sebagai 'diriku' atau sebagai 'milikku' – dengan latihan khusus yang diberikan guru ini.

Setiap guru, seperti yang telah kita bahas sebelumnya, memiliki cara-caranya tersendiri, dalam hal petunjuk maupun pelaksanaan. Jika sang bhikkhu pergi menemui guru tertentu, yang merupakan murid dari seorang guru yang jauh lebih terkenal, maka ia harus memberikan usaha yang besar jika ia ingin tinggal bersamanya.

Guru ini tinggal di gubuk kecil yang sederhana – ia tidak akan membiarkan umat awam membangun bangunan apapun untuknya selain itu, di vihara hutan yang kecil itu – dan usianya sekitar 85 tahun. Ia telah terbiasa memulai kegiatannya pada pukul lima pagi dengan menyapu lingkungan vihara dengan penuh semangat. Kemudian, ketika hari mulai terang, ia pun keluar untuk mengumpulkan makanan. Sepulangnya, ia makan makanan dengan jumlah sedikit dan setelahnya hanya meminum air putih. Selain dua puja seperti biasa, ia melakukan puja yang ketiga

di tengah malam. Untuk melakukan hal ini, ia tidur dari jam sepuluh hingga tengah malam – dan tidak pernah menggunakan jaring nyamuk – dan kemudian bangun untuk melakukan puja, dan setelahnya ia tidur lagi selama dua jam. Setelah bangun dengan kondisi segar bugar, ia pun duduk bermeditasi hingga waktunya menyapu. Perawakannya sehat dan ternyata ia mampu menjalani hidupnya dengan cara demikian selama setidaknya dua puluh tahun ke depan!

Kisah-kisah tentang para guru memang tidak ada habisnya, dan kisah yang singkat ini hanyalah sebagian kecil dari banyak kisah tentang mereka. Jadi, kita harus merasa cukup dengan kisah ini sebagai salah satu contoh dan menutup bagian tentang kediaman thudong ini.



PENGEMBARAAN

“Mereka yang terus melatih diri dan selalu berkesadaran, tidak lagi terikat pada tempat tinggal manapun. Bagaimana kawan angsa yang meninggalkan kolam demi kolam, mereka pun meninggalkan kediaman demi kediaman.” –
(Dhammapada 91)

Sekarang ini, sangat memungkinkan bagi kita untuk pergi ke mana saja dengan moda transportasi apapun, jadi mengapa harus mengembara? Apa tujuan dari para bhikkhu thudong yang memilih untuk pergi ke mana saja dengan jalan kaki, baik sendirian maupun dengan satu atau dua orang teman? Ada cukup banyak alasan mengapa mereka memilih mengembara dengan cara ini. Sebagai contoh, sang pengembara bisa berkelana dengan tenang dan dengan kecepatan yang diinginkannya. Ia tidak perlu berhubungan dengan orang lain yang mungkin bisa mengganggu kehidupannya kontemplatifnya

dan ia bisa menetap di suatu tempat selama yang ia suka – dan meninggalkannya kapanpun ia mau. Selain itu, ia juga tidak terlibat dengan orang lain, tidak perlu ada aturan ataupun perjanjian yang perlu ia buat karena ia tidak menyusahkan siapapun. Sesungguhnya, cara hidupnya adalah suatu jalan kebebasan. Selain itu, ia juga merenungkan bahwa cara berkelana ini digunakan oleh Guru Agungnya semasa ia membabarkan Ajaran selama 45 tahun di India dan telah dijalankan oleh begitu banyak bhikkhu lainnya yang berjuang mencapai Penerangan Sempurna. Cara-cara berkelana zaman sekarang memang sesuai untuk mencapai tempat tujuan dengan cepat, tetapi tidak terlalu bagus untuk mencapai Pencerahan. Sudah cukup banyak gangguan dalam pikiran kita tanpa harus mencampur aduknya lebih jauh lagi – demikianlah renungan sang pengembara.

Alasan berkelana juga sangat beragam dan kita hanya perlu menaruh perhatian pada yang mengantar ke Pencerahan. Ada tiga tujuan dari perjalanan tersebut: untuk bisa tinggal di tempat yang terpencil untuk bermeditasi; untuk mengunjungi guru-guru meditasi yang seringkali tinggal di pedesaan ataupun di hutan; ataupun untuk berziarah ke tempat pemujaan yang terkenal.

Poin pertama dan kedua telah dibahas sebelumnya, sementara poin ketiga perlu sedikit penjelasan tambahan. Yang dimaksud dengan berziarah ke tempat pemujaan adalah keinginan dalam diri para bhikkhu thudong untuk mengunjungi dan melakukan puja di stupabesar (monumen relik) di mana terdapat sisa relik Sang Buddha ataupun

para arahat lainnya. Atau mungkin berziarah ke biara yang terkenal di mana terpajang lukisan Sang Tercerahkan yang begitu indah. Semua ini ia lakukan dengan merenungkan bahwa kebajikan bisa diperoleh dari perbuatan ini dan memang benar, jika sang bhikkhu thudong, atau siapa saja, pergi berziarah dengan pikiran yang terpusat dan dengan komitmen yang teguh, pengembangan dirinya dalam Dhamma pun akan membuahkan hasil.

Jika ia berkelana setiap hari, khususnya saat cuaca panas, jalan yang dilalui sulit ataupun kedua-duanya, kekuatan meditasinya haruslah sungguh kuat, atau tubuhnya akan menderita karena dampak dari kondisi-kondisi eksternal ini. Rasa letih pada tubuh setelah berjalan empat hingga lima jam bisa menjadi halangan besar dalam menjalani latihan yang penuh kedamaian. Oleh karena itu, ia bisa berjalan seharian penuh dan setelah menemukan tempat yang cocok, ia menetap di sana selama tiga atau empat hari, atau, jika ia ingin mencapai tempat yang pasti pada waktu yang telah ditentukan, ia pun akan mengesampingkan latihan ketenangan batinnya (*samatha*) dan benar-benar menerapkan perhatian penuh (*satipatthana*) dalam berbagai aspek.²⁴

Selain dibutuhkan Samadhi yang kuat, tentu saja sang bhikkhu juga harus memiliki jasmani yang kuat agar mampu bertahan di bawah terik matahari, hawa panas, keringat, medan yang sulit, serangga, serta luka-luka dan lecet-lecet. Luka dan lecet, disertai dengan kulit yang melepuh, tidaklah jarang ditemukan dalam kehidupan

24 Untuk bagian ini lihat: Wheel No. 60. *The Satipatthana Sutta and its Applications dan, The Heart of Buddhist Meditation*, Rider & Co., London.

thudong dan ini bisa sangat menyulitkan. Jika ia berkelana tanpa sandal, batu-batuan akan melukai dan menusuk kakinya, atau jika ia mengenakan sandal, kakinya bisa pecah-pecah.

Kekuatan tubuh diperlukan supaya ia bisa membawa barang-barang keperluannya. Apa saja yang dibawa oleh seorang bhikkhu thudong? Pertama-tama, ada delapan barang keperluan pokok dimiliki oleh seorang bhikkhu. Barang-barang tersebut adalah: tiga helai jubah (satu kain pinggang, satu jubah atas dan satu jubah luar),²⁵ sebuah mangkuk (biasanya berupa besi lunak tipis dengan tutup kuning), sehelai ikat pinggang untuk mengikat kain pinggangnya, jarum dan benang, pisau cukur (dengan model lama), dan terakhir, saringan air. Barang-barang inilah yang *wajib* ia bawa bersamanya atau jika ia kehilangan salah satu di antaranya, ia harus segera mencari penggantinya. Dalam kehidupan thudong, semua barang ini memiliki fungsinya masing-masing – termasuk saringan air yang merupakan alat yang sangat penting.

Selain hal ini, akan ada hal lain yang tentu harus ia miliki: sebuah wadah air atau teko, *crot*, sehelai kain duduk dan kain untuk mandi, dan mungkin sebuah tas bhikkhu yang berisi beberapa barang tambahan. Beberapa diantaranya adalah lampu lilin, satu atau dua jenis obat-obatan, tusuk gigi sekaligus sikat, bisa juga sebuah arloji lipat dan sebilah pisau kecil. Ia bisa juga membawa salinan *Patimokkha* (Aturan Dasar yang harus ia jalankan) dalam Bahasa Pali yang diterjemahkan dalam bahasanya sendiri,

²⁵ Hanya memiliki tiga jubah adalah praktik Ticivarik'anga (Mengenakan tiga jubah) – *Dhutanga* poin kedua; lihat Kata Pengantar.

dan sebuah buku saku tentang Ajaran, seperti misalnya buku Dhammapada. Semua barang ini jika disatukan akan terasa cukup berat, dan umumnya ia hanya akan membawa barang-barang ini sebelum matahari terlalu tinggi dan saat penghujung siang atau sore hari ketika matahari mulai terbenam.

Bagaimanakah keadaan sang bhikkhu ketika ia berjalan di jalanan setapak dan berbatu, yang melalui tengah hutan ataupun area persawahan? Ia mengenakan dua helai jubahnya, sedangkan jubah yang tebal biasanya dilipat dan disimpan di dalam mangkuknya, kecuali saat cuaca sangat dingin. Mangkuknya tersimpan aman di dalam tas pembungkusnya dan terikat dengan kuat pada tempatnya, sementara tali tasnya disampirkan di bahunya. Kain duduk dan beberapa barang lainnya bisa juga dimasukkan ke dalam, sementara kain mandinya bisa digunakan sebagai pembungkus tambahan untuk mangkuknya. Tas, *crot* beserta pembungkusnya dan saringan air, ia sampirkan di bahu yang satunya. Seorang bhikkhu thudong tidak mengenakan jubahnya dalam ukuran yang panjang, namun ia menjepitnya agak di atas sehingga ia bisa lebih leluasa melewati arus sungai dan memanjat gunung. Jika ia berada di dataran terbuka dan matahari sedang bersinar dengan terik, ia bisa meletakkan kain kecil di atas kepalanya, walaupun kain ini nantinya ia singkirkan ketika ia melewati rumah-rumah atau desa-desa, sesuai dengan aturan dalam Vinaya. Sandal yang ia kenakan haruslah kuat – harus mampu menahan hentakan-hentakan untuk melindungi kakinya. Demikianlah ia berkelana, dengan penuh kesadaran dan kegembiraan dalam Dhamma.

Ia bisa berkelana sendirian ataupun dengan disertai seorang *nain* ataupun seorang pemuda, atau ia bisa juga bersama dengan satu atau dua orang bhikkhu yang lain. Mereka mungkin berjalan tidak terlalu berdekatan dengan jarak yang cukup jauh supaya kesadaran penuhnya selalu terjaga, karena percakapan cenderung memecahkan keheningan mereka. Sering kali, setidaknya di dalam hutan, salah satu bhikkhu akan menemukan pohon buah yang menyegarkan dan lalu mereka akan pergi menuju pohon tersebut, dan setelah mengumpulkan buah-buahan liar – jika waktu belum menunjukkan pukul dua belas siang – mereka akan duduk dan memakan buah tersebut sambil beristirahat. Beberapa buah tertentu yang rasanya pahit, seperti buah malaka bisa dimakan setelah tengah hari karena mereka memiliki khasiat medis, dan sang bhikkhu tentu akan senang dengan buah ini, karena dahaga mereka di terik siang hari akan terpuaskan.

Beberapa bhikkhu thudong yang berjalan beriringan ini, dalam beberapa hal, menyerupai sekompri kecil tentara. Mereka sama-sama memiliki seragam, sama-sama membawa barang-barangnya sendiri dan dalam kedua kasus ini, para senior memimpin para junior, namun kemiripannya hanya sampai di sini saja. Para bhikkhu mengenakan jubah kedamaian, tanpa kekerasan terhadap semua makhluk dan barang-barang yang mereka bawa menunjukkan kehidupan mereka yang penuh damai. Bukan senjata yang mereka bawa, melainkan *crot*, bukan granat, tetapi mangkuk makanan. Bhikkhu-bhikkhu pengelana ini, dengan cara-cara ini, telah menguasai Asia bagian timur, tanpa pertikaian, tanpa menggunakan kekerasan,

tanpa peperangan tetapi dengan penuh cinta kasih dan kasih sayang. Kerajaan-kerajaan besar yang dipimpin oleh orang-orang ambisius pencari kemenangan, yang terus berperang dengan satu sama lain, dengan penuh kekerasan, menghancurkan lawan-lawannya dengan begitu banyak peperangan – semua kekuasaan dan kemenangan ini telah berlalu, hancur menjadi kepingan bebatuan dan puing-puing yang telah habis dilekang waktu di tengah pedalaman hutan. Akan tetapi, Jalan Sang Penakluk yang tindak-tanduk dan ajaran moralitasnya berlandaskan sikap tanpa kekerasan, kerajaan kedamaiannya bertahan hingga kini. Apakah pesan moral dari hal ini bagi para petinggi kerajaan, politik ataupun ekonomi di zaman sekarang ini? Apakah yang bisa dipetik dari Dhamma ini bagi mereka yang berpikir bahwa hidup mereka adalah pertarungan terhadap yang lain? Terkait hal ini, di dalam Dhammapada terdapat bait berikut ini:

Walaupun seseorang dapat menaklukkan ribuan musuh dalam pertempuran, namun sesungguhnya, penakluk terbesar adalah ia yang mampu menaklukkan dirinya sendiri. – (Dhammapada 103)

Sang bhikkhu yang tengah berkelana, pada penghujung hari, bisa memutuskan untuk menginap di hutan, di gua, ataupun di tempat lainnya yang cocok, atau jika daerah yang dikunjunginya tidak memungkinkan untuk ditinggali, ia bisa memutuskan untuk pergi ke desa terdekat. Jika ia memilih mengunjungi desa terdekat,

sebaiknya ia mengunjungi desa tersebut saat masih sore, sehingga warga desa akan bisa melihat dirinya. Lalu, beberapa umat yang saleh akan mendekatinya dan memberikan penghormatan padanya, membantu mengangkat mangkuk dan *crot*-nya dan mengundangnya untuk menginap di vihara desa tersebut, atau jika tidak ada bangunan untuk ditinggali para bhikkhu, bisa di ruang aula (*sala*). Kabar tentang seorang bhikkhu thudong yang mulia tiba di desa tersebut pun akan segera tersebar dan warga pun akan datang ke aula dengan membawa barang-barang untuk membuatnya lebih nyaman – sebuah bantal, tikar dan tentu saja, teh. Di Thailand, teh yang dimaksud adalah ‘teh-air’ (jika diterjemahkan secara harfiah), atau dalam istilah orang Barat, teh Cina. Ia mungkin juga akan menerima persembahan berupa madu atau gula untuk menyegarkan dirinya dan sembari ia melakukan hal ini, warga akan duduk di lantai aula yang lebih rendah dan dengan penuh hormat bertanya dari manakah ia datang, ke mana ia akan pergi, berapa lama ia telah menjadi seorang bhikkhu (atau sudah melalui berapa masa vassa?) – dan seterusnya. Jika sang bhikkhu ingin, atau memiliki pemberian berupa ajaran, percakapan biasa bisa berubah menjadi pembabaran Dhamma dan para umat akan duduk mendengarkan dengan khidmat dan mungkin akan memberi pertanyaan jika ada bagian yang tidak mereka pahami.

Kapanpun ada waktu selama pertemuan informal tersebut, atau ketika warga telah pergi, sang bhikkhu akan mengobati kulitnya yang rentan terluka, bagaimanapun kerasnya ia berusaha menjaganya. Warga desa akan memberikannya

obat-obatan, seringkali obat-obatan racikan sendiri, jika yang ia bawa tidak mencukupi. Berbagai luka di tubuhnya, yang biasanya berupa luka kecil dan halus, bagaimanapun memberinya banyak kesempatan untuk merenungkan sifat alami dari jasmani ini. Jerawat yang kecil akan segera bertumbuh menjadi bengkakan yang menyakitkan dan goresan kecil pada jerawat tersebut akan berdenyut dengan cepat mengalirkan nanah; dan ia pun mengingat hal tersebut setiap hari dengan melafalkan: “Semua ini ada di tubuh ini – *kesa* – rambut di kepala, *loma* – rambut di tubuh... dan seterusnya, hingga... *taco* – kulit, *mamsam* – daging... *pubbo* – nanah, *lohitam* – darah...”. Luka-luka dan lecet-lecetnya adalah pengingat baginya bahwa kulit hanya membungkus apa yang biasanya tersembunyi dari pandangan kasat mata, dan sangat rentan terhadap kerusakan. Bhikkhu thudong memberi perhatian pada hal ini dengan sukarela, berkebalikan dengan kebiasaan orang-orang yang malah menjauhi dan mencoba untuk tidak memikirkan hal-hal menjijikkan seperti itu. Namun, sang bhikkhu, karena mengetahui bahwa dengan melihat seluruh 32 bagian tubuh ini sebagaimana adanya, sebagai sebuah bahaya, yang begitu menjijikkan dan pasti akan membusuk, ia pun menuju kebebasan dari “pandangan tentang adanya aku’ (*sakkaya-ditthi*) dan menuju kondisi dimana tubuh ini dipandang sebagai bukan diri dan sebagai sekumpulan hasil dari proses, aksi dan reaksi. Pada akhirnya, setelah pengertian terhadap sifat alami tubuh ini telah ia alami sendiri, maka hal ini akan dilihat sebagai sebuah instrumen Dhamma.

Melalui pengertian dan pemahaman yang telah matang ini, sang bhikkhu akan berjuang keras, dan jika ia masih memiliki cukup tenaga, ia akan duduk bermeditasi setelah warga desa terakhir meninggalkan tempat itu, dan dengan tenang, ia akan mengalihkan perhatiannya pada 32 bagian menjijikkan ini, atau mungkin satu atau dua bagian saja, berusaha keras untuk mengembangkan pengetahuan yang mendalam. Mungkin ia akan membuat tekad sebelum beristirahat: "Oh, semoga tubuh ini berbakti kepada Dhamma, semoga ia menjadi instrumen Dhamma." Dan malam pun akan dilaluinya dengan penuh kedamaian, tidak ada mimpi yang akan menggangukannya dan ia akan terbangun dengan segar bugar, siap untuk mengabdikan dalam Dhamma ketika ia berlatih dengan objek meditasinya kembali di pagi yang menyejukkan.

Ketika hari telah terang, warga desa pun akan datang ke aula untuk berbuat kebajikan, yang berarti sang bhikkhu tidak perlu keluar untuk ber-*pindapata*. Setiap rumah akan mempersembahkan semangkuk nasi beserta lauk dan sayur, dan mungkin ia juga memperoleh manisan atau buah-buahan. Satu orang dari masing-masing rumah akan menaruh sesendok atau dua sendok nasi ke dalam mangkuknya yang ditempatkan di bagian lantai yang lebih tinggi. Setelah selesai, makanan lain, beserta dengan mangkuknya akan dipersembahkan dengan penuh hormat ke tangannya – karena seorang bhikkhu tidak sepatutnya menerima makanan yang tidak dipersembahkan dengan cara demikian. Umat yang lebih senior bisa memohon Tiga Perlindungan dan Lima Latihan Moralitas, dan ketika pemberian selesai, sang bhikkhu

pun akan melantunkan (*Yatha varivaha pura paripurenti...*) dimana kebajikan yang telah dilakukan oleh para umat didedikasikan untuk kebahagiaan dan kenyamanan para hantu kelaparan (*peta*). Sebelum ia memulai makanannya, ia mengingat bahwa makanan ini adalah satu dari empat kebutuhan pokok (*paccaya*) dan alasan utama mengapa ia akan memakannya.

Setelah makan paginya selesai dan mangkuknya telah dicuci bersih, ia pun akan melanjutkan perjalanannya.

Namun, pada umumnya seorang bhikkhu pengelana yang serius akan memilih kondisi manapun yang memungkinkan, untuk menghabiskan malamnya di dalam hutan dimana hanya ketenangan pikirannyalah yang menemani dirinya, bukan orang banyak. Tentu saja, ia tidak akan mendapatkan teh yang enak, tidak pula madu – ataupun kenyamanan lainnya yang bisa ia peroleh dari aula desa, tetapi jika ia berlatih dengan tekun, ia akan memiliki kenyamanan yang cukup dan jauh melebihi mereka yang tidak duduk bermeditasi. Ia akan bisa duduk selama yang ia mampu di tengah sejuknya malam, tanpa gangguan apapun jika ia memilih tempat yang cukup jauh dari desa.

Jadi sang bhikkhu pun berada di luar jangkauan penglihatan dan pendengaran hingga ketika ia muncul keesokan paginya di desa untuk *pindapata*. Tentu saja, tidak akan ada makanan seperti makanan yang khusus dipersiapkan untuknya jika ia menginap di aula. Ia hanya akan mendapatkan makanan yang biasa. Karena ia telah mengembangkan rasa puas, ia tidak akan peduli apakah

makanan itu adalah yang kuliner yang terbaik ataupun hanya nasi biasa yang hambar – semuanya sama bagi dirinya.²⁶

Ia akan menemukan perbedaan yang cukup mencolok pada desa-desa di sepanjang perjalanannya; beberapa di antaranya makmur, sementara yang lain miskin, beberapa tertata rapi dan yang lainnya tidak terurus, dan sebagainya. Dan ia tidak akan selalu disambut dengan baik walaupun hal ini jarang terjadi; namun hal ini memang terjadi, khususnya ketika tidak ada bhikkhu yang menuntun kehidupan para warga desa tersebut. Ketika ia secara kebetulan bertemu dengan desa seperti ini, jika ia merupakan seorang bhikkhu biasa, ia akan memiliki kesempatan yang baik untuk menguji kesabarannya. Sementara jika ia adalah seorang guru, ia bisa berhenti di sana selama beberapa lama dan, dengan mengupayakan seluruh kemampuannya, ia akan mengajarkan para warga mengenai apa yang salah dalam hidup yang mereka jalani dan bagaimana menjalani hidup dengan cara yang benar.

Beralih ke hal lain, kita perlu menyinggung tentang kebiasaan para bhikkhu thudong untuk membuat tekad-tekad tertentu (*addhitthana*). Hal ini bisa berarti bahwa tekad tersebut dibuat untuk mengamati salah satu praktik dari ketiga belas praktik pertapaan (*dhutanga*), seperti tidak berbaring selama beberapa hari, minggu atau bulan. Seorang bhikkhu pengelana bisa membuat tekad untuk tidak tinggal di aula seperti yang telah kita bahas sebelumnya, atau bertekad untuk berkelana dengan hanya

²⁶ Praktik *Pindapatik'anga* (Memakan makanan sedekah), *Dhutanga* ketiga; Lihat Kata Pengantar.

berjalan kaki, tanpa menggunakan moda transportasi apapun – dan lain sebagainya.

Ada sebuah kisah terkait tekad terakhir ini. Beberapa tahun lalu, seorang bhikkhu Thai yang berusia sekitar lima puluh tahun, membuat ikrar untuk berjalan dari Bangkok ke tempat paling suci bagi umat Buddha, yaitu 'Singgasana Permata' (tempat duduk Sang Buddha saat mencapai Pencerahan) di Buddha Gaya di India. Ia pun memulai perjalanannya dengan mangkuk dan jubah beserta beberapa barang lainnya seperti yang telah kita bahas sebelumnya. Ia tidak membawa uang sepeserpun dalam pengelanaannya, tidak juga ia membawa beban-beban modern lainnya seperti paspor dan visa. Bergabung bersama sekelompok bhikkhu Mon²⁷ yang akan melakukan puja di Pagoda Shwe Dagon di Rangoon, ia pun pergi bersama mereka dan dari sana ia dengan pelan berkelana hingga sepanjang Burma. Dua vassa telah ia jalani sepanjang perjalanannya dan ia masih belum tiba di India. Akhirnya, ia pun menyeberangi batas Indo-Burma di bukit-bukit liar di Nagaland dan terdapat beberapa Naga²⁸, yang belum pernah melihat bhikkhu sebelumnya dan mengira dirinya sebagai mata-mata, mengeroyok dirinya hingga babak belur, bahkan merampas jubah dan mangkuknya. Untungnya, ia mampu memperoleh kembali barang-barang ini walaupun beberapa barang lainnya hilang, dan dengan terpincang-pincang, ia melanjutkan perjalanannya hingga ke dataran Assam. Karena ia sama sekali tidak mengerti bahasa India dan bergantung pada

27 Bhikkhu Mon: Bhikkhu Myanmar

28 Nagaland adalah sebuah negara bagian di sebelah timur laut India. Naga adalah nama suku yang dominan di negara bagian tersebut.

pindapata bukan perkara mudah di India, yang pertama ia lakukan adalah mencari seseorang untuk menuliskan di atas kertas dalam bahasa Hindi dan Bengali: "Saya seorang bhikkhu Buddhis. Saya mengumpulkan makanan yang telah dimasak di dalam mangkuk ini. Semoga anda senantiasa sehat dan bahagia." Kertas ini ia tunjukkan ke manapun ia pergi supaya orang-orang mengerti apa yang ia butuhkan. Untungnya ia adalah seorang vegetarian dan tidak mengalami masalah apapun terkait makanan. Setelah berbulan-bulan lamanya ia berjalan, ia pun tiba di Buddha Gaya. Ikrar yang ia buat akhirnya terpenuhi setelah dua setengah tahun: Ia telah mengembara untuk tujuan yang baik.

Terdapat pengembaraan, seperti pengembaraan ini, yang memiliki akhir yang baik, dan ada juga pengembaraan tanpa arah. Bhikkhu thudong mengembara (*carati*) dengan tujuan mengakhiri pengembaraan (*samsarati*). Ia memutuskan untuk mengembara dalam Dhamma dengan tujuan mengakhiri pengembaraan tak berkesudahan dalam lingkaran kelahiran-dan-kematian (*samsara*). Ia memilih menjalani hidup seperti ini, sebagai orang yang tidak memiliki rumah, karena ia melihat bahaya yang menyeret mereka yang terhanyut arus *samsara*. Kelahiran dan kematian, usia tua dan penyakit merundung semua makhluk seperti kayu-kayu apung yang terbawa ombak samudera, terhanyut kesana kemari – tetapi tidak pernah benar-benar berhenti di manapun dan selamanya terombang-ambing dalam angin dan ombak. Selayaknya kayu terapung tersebut, makhluk-makhluk tidak mengetahui mengapa mereka berada di sini dan

bukannya mencoba memperbaiki hal ini, mereka malah menciptakan segala macam penjelasan yang penuh angan-angan.

Sang bhikkhu melihat, pada tahap dan waktu tertentu, bahwa makhluk-makhluk dikuasai oleh racun dari tiga akar kejahatan (keserakahan, kebencian dan kegelapan batin) dan bahwa hal-hal ini membutakan mereka dan membuat mereka terus memburu segala kondisi duniawi yang mereka alami. Demikianlah mereka hidup, dan bergantung pada hasil dari perbuatan mereka sendiri (*kammaphala*), terjebak dari satu kelahiran ke kelahiran yang lain. Ia mengetahui bahwa makhluk-makhluk tidak selalu berkembang secara spiritual, bahwa kemunduran selalu mungkin terjadi – mundur ke kondisi yang teramat gelap, ke dalam gelapnya ketidaktahuan (*avijja*) dimana cahaya Dhamma tak mampu lagi menembusnya.

Mengapa mengembara tanpa arah dalam lingkaran kesedihan ini? begitulah pikir sang bhikkhu. Mengapa berkelana terus menerus ke kondisi yang sekali terikat, akan sangat sulit untuk terlepas darinya (sebagai contoh, kelahiran sebagai binatang)? Mungin juga ia teringat akan suatu lukisan yang dilukis oleh seorang guru tua ²⁹ yang menggambarkan sebuah jalan yang sangat, sangat panjang, yang berkelok-kelok dari kejauhan hingga ke arah depan sampai akhirnya lepas dari pandangan kita. Jalan ini begitu berliku-liku, melalui pemandangan buruk yang penuh dengan pecahan bebatuan yang tajam, dengan pepohonan yang telah rusak oleh badai, rerumputan dan tanah yang hangus terbakar di sana-sini,

²⁹ Panel terbalik pada lukisan diptych karya Hieronymus Bosch.

dan juga tulang belulang – tulang tengkorak disini, tulang kaki disana. Di sepanjang jalan yang menyeramkan ini, terdapat seorang pria, dengan pakaian yang compang-camping, mengenakan topi pengembara lebar di kepalanya dan juga tongkat yang ia pegang dengan miring di salah satu tangannya. Wajahnya menunjukkan tanda-tanda kebodohan yang luar biasa, dari matanya yang jelajatan dan tidak memperhatikan jalan yang ia tempuh, hingga bibirnya yang terpurat seringai konyol. Ia telah mengembara sepanjang jalan tersebut, menyeringai dengan bodoh melihat tulang belulang yang seharusnya bisa memberikannya peringatan seandainya saja ia mengindahkan peringatan tersebut. Ia telah lama mengembara begitu lama dan ia akan mengembara lebih lama lagi – tanpa mengetahuinya. Ia tidak melihat jalan lain selain jalan suram yang ada di hadapannya.

Sang bhikkhu (dan semua yang dengan tekun merenungkan Dhamma) adalah orang-orang yang memutuskan untuk tidak mengembara tanpa arah lagi, tetapi menjadi orang-orang yang berjalan di sepanjang jalan raya menuju kebebasan, Jalan yang penuh anugerah keagungan, Jalan Mulia Berunsur Delapan.



PERSAUDARAAN DAN HIDUP MENYENDIRI

Jika seseorang menemukan sahabat yang
bijaksana,

Seorang kawan yang hidup dengan moralitas yang
luhur, yang berhati-hati,

Telah mengatasi segala bahaya,

Berkelanalah bersamanya dengan bahagia,

dengan penuh perhatian dan kewaspadaan.

Jika seseorang tidak menemukan sahabat yang
bijaksana,

Seorang kawan yang hidup dengan moralitas luhur,
yang berhati-hati,

Maka bagaikan penguasa yang meninggalkan
negeri taklukannya,

Mengembara sendiri bagaikan badak.

Banyak yang telah ditulis mengenai persaudaraan dan persahabatan dalam menjalankan hidup suci, dan hal ini tidak perlu diulang. Poin yang sebenarnya sangat penting adalah apakah seseorang akan bisa berkembang sangat pesat dengan adanya sahabat dalam Dhamma, atau apakah mentalitas dan kemajuan seseorang sudah cukup kuat dan dewasa untuk "mengembara sendirian seperti badak."

Seseorang yang ditemani oleh yang orang lain memiliki banyak kesempatan untuk belajar dari mereka. Tidak hanya dari gurunya tetapi juga dari bhikkhu-bhikkhu lain, dan tidak hanya dari mereka, tetapi juga dari para *nain*, dan sebenarnya, dari siapa saja yang ia temui. Setiap orang adalah gurunya, kalau ia memiliki kecakapan dan kerendahan hati untuk belajar dari mereka dalam berbagai situasi. Dari mereka yang bijaksana, sang bhikkhu thudong dalam perjalanan Dhammanya, akan belajar tentang kebijaksanaan. Tetapi dari mereka yang kualitas dirinya kurang, ia belajar untuk tidak berkelakuan seperti itu, ia belajar dari kesalahan mereka dan merenungkan dalam dirinya sendiri; 'Sekarang, apakah perbuatan ataupun ucapan yang tercela ini ada pada diriku, atau tidak?'

Ia juga belajar tentang kerendahan hati dari benar-benar memperhatikan perbuatan orang lain, karena saat ia melihat kesalahan pada orang lain, ia tidak membiarkan kesombongan tumbuh dalam dirinya. Ketika ia melihat adanya sifat tamak pada diri orang lain, selain merenungkan dalam batin mengenai perilakunya sendiri, ia mungkin juga akan berpikir: 'Tetapi ia mempunyai (sebagai contoh) rasa

pengabdian yang begitu kuat.” Dengan kata lain, melalui hubungannya dengan sesama pelaksana-Dhamma, ia juga belajar untuk melihat kualitas yang baik dalam diri mereka dan berjuang untuk menyempurnakan kualitas tersebut dalam dirinya sendiri.

Melalui usaha yang ia lakukan, kita harus mencatat kualitas tertentu yang muncul seiring dengan latihan yang berhasil, yang menandakan bahwa ia telah benar-benar merenungkan hal ini dengan sungguh-sungguh:

Sungguh baik mengendalikan mata, sungguh baik mengendalikan telinga, sungguh baik mengendalikan hidung, sungguh baik mengendalikan lidah.

Sungguh baik mengendalikan perbuatan, sungguh baik mengendalikan ucapan, sungguh baik mengendalikan pikiran, sungguh baik mengendalikan semuanya. Seorang bhikkhu yang mampu mengendalikan semuanya akan terbebas dari segala penderitaan. (Dhammapada 360-361)

Yang harus kita perhatikan adalah semua tindak tanduknya ditandai dengan hal sederhana ini. Jika kita melihat ia bersama temannya, ia tidak akan banyak tertawa karena ia hingga taraf tertentu telah melihat kebenaran dalam hal berikut ini:

Mengapa tertawa, mengapa bergembira, kalau dunia ini selalu terbakar? (Dhammapada 146)

Akan tetapi, bukan berarti kita harus melihat wajah suci sang bhikkhu yang suram atau kasar, karena sang bhikkhu telah menumbuhkan cinta kasih dan kasih sayang (*metta-karuna*) dalam dirinya dan akan sering tersenyum dengan lembut. Demikian pula, tutur katanya ditandai dengan ekspresi yang lembut tanpa kata-kata yang kasar. Ia akan lebih sering berbicara kepada yang lain mengenai Dhamma dan tidak terlalu tertarik pada topik-topik lain kecuali yang berkaitan dengan hal yang penting baginya: Jalan menuju Penerangan Sempurna.

Selain berhubungan dengan guru-guru dan bhikkhu lainnya, ia juga bisa ditemani oleh *nain* atau mungkin juga seorang pemuda yang ingin berlatih untuk penahbisan nantinya. Jika ada pemuda yang cocok dan nantinya akan menjadi seorang *nain*, maka ia akan sangat membantu bagi sang bhikkhu thudong. "Cocok" di sini berarti bahwa ia merasakan dorongan yang tulus untuk tidak hanya menjalani kehidupan suci, tetapi juga bertempat tinggal di tempat-tempat yang ditinggali para bhikkhu thudong. Ia juga harus mengabdikan pada bhikkhu yang tinggal bersamanya, dan memandangnya sebagai gurunya. Kecocokan ini juga mencakup kemampuan sang *nain* atau pemuda dalam berlatih meditasi, karena hidup di alam liar dengan sedikit atau tanpa buku sama sekali, serta tanpa jangkauan terhadap kota setempat, membuat pemuda-pemuda ini harus mampu menyibukkan diri mereka setidaknya selama siang hari tanpa mengganggu

para bhikkhu. Terdapat sejumlah pemuda, khususnya di negara-negara Buddhis, yang sepertinya telah banyak berlatih meditasi di kehidupan lampau mereka sehingga untuk mempraktikkannya sangat mudah bagi mereka, bagaikan anak itik yang terbiasa berenang di air.

Sang *nain* atau si pemuda membantu dalam banyak hal sehingga tidak mungkin menuliskan semua hal tersebut. Ia selalu memperhatikan kesejahteraan para bhikkhu dan tidak pernah melewatkan kesempatan untuk melayani mereka. Hal ini berlaku khususnya kepada guru sang *nain* atau bhikkhu-bhikkhu lainnya yang ia hormati – karena kebijaksanaan, kesabaran, kelembutan, pengetahuan, semangat juang atau kualitas apapun yang baik terwujud dalam diri mereka. Dalam proses latihan seorang *nain*, rasa tolong-menolong terhadap orang lain dan kerendahan hati untuk belajar dari orang lain adalah kualitas utama.

Kapanpun sang bhikkhu thudong berkesempatan untuk memberi instruksi atau menegur, ia bisa melihat jika ia memiliki *nain* yang sangat baik, *nain* tersebut akan mendengarkannya dengan penuh perhatian, menerima teguran tersebut dengan penuh kerendahan hati. Ini bisa terjadi bahkan pada *nain* terbaik sekalipun, karena mereka juga dapat melakukan kesalahan, terutama terkait kecerobohan. Kemudian sang bhikkhu akan dengan tenang memberi peringatan kepada sang *nain* dan mungkin akan memberikan hukuman-kerja (*danda-kamma*) untuknya – dan sang *nain* sambil tersenyum lembut menerima pekerjaannya, yang seringnya berupa menyapu dan ia pun melaksanakannya dengan niat yang baik dan benar.

Siswa seperti ini, yang tekun berlatih, bersemangat dalam Dhamma dan mendengarkan kisah-kisah dengan penuh perhatian. Karena ada banyak kisah dalam literatur Buddhis yang menjelaskan poin-poin penting dalam pelatihan, para *nain* akan memiliki banyak persediaan materi pembelajaran dari zaman Sang Buddha hingga sejarah Buddhis setelahnya. Maka dimulailah pendidikan-Dhamma bagi calon bhikkhu thudong yang baik itu.

Bagaimana dengan mereka yang memilih untuk tinggal sendirian? Ada dua poin utama dalam hal ini: dari sisi positifnya, karakternya harus cukup mendalam dan cerdas untuk menghadapi segala halangan yang muncul, sementara dari sisi negatifnya, kekotoran batinnya (*kilesa*) harus ia bisa atasi dengan latihan perhatian penuh (*sati*) dan meditasi (*Samadhi*).

Bukanlah hal yang baik untuk hidup di alam liar tanpa kendali diri, seperti kasus Bhikkhu Gulissani.³⁰ Sebaliknya, sang bhikkhu mengetahui bahwa kendali diri sangatlah diperlukan karena tidak ada rekan atau teman yang menegur atau menasihatnya kapanpun diperlukan. Ia pun harus menjadi guru bagi dirinya sendiri dan ini tidak mungkin dilaksanakan kecuali ia memiliki kualitas kewaspadaan, rasa malu (*hiri*) dan rasa takut (*ottappa*) untuk berbuat jahat yang telah dikembangkan dengan baik.

Bhikkhu yang ingin merasakan kesunyian juga harus yakin bahwa ia melakukan hal tersebut untuk alasan yang tepat. Ada orang yang lebih senang hidup sendirian hanya

30 Lihat Gulissani Sutta, Majjhima Nikaya, No. 69.

karena mereka tidak tahan dengan teman-temannya sendiri, sehingga itu berarti kehidupan menyendiri mereka berakar dari kebencian (*dosa*). Alasan bhikkhu thudong untuk hidup dalam kesendirian haruslah jauh dari hal tersebut. Ia berkeinginan untuk mendalami Dhamma tanpa halangan, tanpa ikatan apapun, yang dapat menghalanginya dalam melihat kebenaran. Seluruh hidupnya berkuat pada Dhamma dan ia berkeinginan untuk mengembangkan pemikiran yang terpusat pada Dhamma, yaitu, pada Tiga Corak Kehidupan (*Tilakkhana* – ketidakekalan, penderitaan, dan tanpa-diri).³¹

Untuk melakukan hal ini, kondisi emosinya haruslah matang dan, dalam praktik Buddhis, hal ini berarti pengembangan Sifat-sifat Luhur (*brahma-vihara*), dimana masing-masing sifat tersebut mengalahkan kondisi emosi yang tidak stabil. Kebencian digantikan oleh cinta kasih; ketidakpedulian terhadap penderitaan makhluk lain digantikan oleh kasih sayang; rasa iri hati digantikan oleh rasa simpati terhadap kebahagiaan makhluk lain; sementara keterikatan terhadap segala hal, digantikan oleh keseimbangan batin. Bahkan jika sang bhikkhu belum mampu mencapai keseimbangan batin tersebut, setidaknya kelembutan dan cinta kasihnya telah berkembang pesat. Ia tinggal di tempat yang hampir tanpa ada satupun manusia, dan tentu saja ia jauh lebih banyak berhubungan dengan hewan-hewan dibandingkan dengan manusia lainnya, dan jika proses penyucian dalam dirinya telah berkembang dengan baik, ia bisa melihat para dewa (*devata*). Terdapat banyak cerita sejak zaman dulu yang mengisahkan tentang hal-hal

31 Lihat Wheel No. 20, Tiga Corak Kehidupan.

tersebut. Dalam kisah dimana para dewa menampakkan diri mereka kepada para bhikkhu, jelas bahwa para dewa melakukan hal tersebut karena pengembangan spiritual para bhikkhu telah mendekati atau bahkan melampaui kondisi spiritual dewa-dewa tersebut. Sifat-sifat Luhur inilah yang memungkinkan terjadinya pertemuan kedua alam ini.

Terdapat banyak pula kisah tentang kasih sayang antara bhikkhu thudong dan hewan. Di negara ini, pada akhir masa Ayuthia (yang berakhir pada tahun 1767 M), terdapat sejumlah bhikkhu yang tinggal di hutan dan, seperti dongeng masa lampau, menjalani hidup pertapaan dengan dikelilingi oleh beragam binatang dan burung. Rusa-rusa khususnya, menyukai kehadiran pertapa-pertapa ini karena cinta kasih yang telah mereka tumbuhkan dalam hati mereka, tanpa ada rasa benci dan takut.

Ada dua kualitas lain yang penting bagi mereka yang hidup dalam kesendirian: kesabaran dan kekuatan. Ia akan kesulitan menjadi seorang bhikkhu thudong jika ia tidak memiliki kesabaran. Ada banyak kondisi kehidupan yang harus ia hadapi dan tidak semuanya bisa sempurna setiap saat. Walaupun ia telah menjauhi bahaya dari keterikatan terhadap orang, tempat dan hal-hal lainnya, ia masih tinggal di dunia yang tidak sempurna dan oleh karena itu harus dengan sabar menghadapi cobaan apapun. Dengan kesabaran, ia melatih pikirannya yang sulit dikendalikan, dan dengan kesabarannya mencatat hilangnya kekotoran batin (*kilesa*) secara bertahap. Ia pun menyadari bahwa Ajaran (*sasana*) adalah seperti yang diinstruksikan oleh Sang Buddha:

“Bagaikan samudera luas yang menjadi dalam tidak dalam seketika, tetapi terkikis secara bertahap, demikian pula Ajaran ini bersifat bertahap dan pemahaman terhadapnya pun mendalam secara bertahap.”

Ia memiliki kesabaran untuk melihat bahwa usaha-usaha yang ia lakukan secara bertahap membuahkan hasil. ‘Usaha’ berarti kekuatan, yang mana hal ini sangat penting dalam banyak aspek di kehidupan thudong yang ketat, sebagaimana yang diketahui oleh sang bhikkhu. Jika ia tidak berusaha dalam kehidupan yang telah ia pilih ini, maka kemunduran pun akan terjadi dengan cepat, karena kekotoran batin, yang melemahkan dan bahkan dapat menghancurkan kehidupan yang telah ia jalani, akan muncul dan sekali lagi menjerat dirinya.

Sang bhikkhu thudong juga melakukan usaha untuk menjaga serta menaati Vinaya dan khususnya Peraturan Mendasar (*Patimokkha*). Para bhikkhu yang hidup sendirian bahkan harus lebih tekun dalam menjaga tindak tanduknya agar tidak melenceng dari aturan-aturan tersebut. Jika ia melanggar, ia akan menyadari bahwa meditasinya terganggu oleh pikiran-pikiran mengenai pelanggaran-pelanggaran yang ia lakukan dan untuk memperbaiki hal tersebut, ia harus pergi dan menebus kesalahannya dengan melakukan pengakuan kepada bhikkhu lain.

Ia harus memunculkan kekuatan untuk mempertahankan dan mengembangkan praktik meditasinya. Tanpa adanya usaha, bukannya memperkuat ketenangan dan kesadaran

penuh (*samatha-vipassana*), ia justru bisa mengalami mengalami kemunduran karena ia semakin sedikit berlatih seiring hari berlalu.

Dengan kesabaran untuk menahan gejolak kegelisahan dan dengan kekuatan untuk memastikan kemalasan tidak mendera dirinya, sang bhikkhu thudong yang hidup dalam kesendirian memiliki kesempatan baik untuk membuat kemajuan yang seimbang selama proses latihannya.

Dalam Kitab Pali disebutkan bahwa terdapat jenis lain dari kehidupan kesendirian dan setelah ia mempraktikkan Pengasingan secara Jasmani (*kaya-viveka*) bersamaan dengan pengasingan mental melalui meditasi mendalam (*citta-viveka*), keheningan yang berlangsung lama bisa ia peroleh. Orang yang memiliki nafsu keinginan (*tanha*) disebutkan ditemani oleh yang kedua (*dutiya*), sementara pada orang yang nafsu keinginannya telah dilenyapkan melalui pencerahan (*vipassana*), adalah seorang arahat yang hidup dalam keheningan mutlak, terhindar dari segala hal yang menyebabkan kelahiran yang berulang (*upadhi-viveka*).

Sang bhikkhu thudong berusaha untuk memanfaatkan kesendiriannya di tengah hutan ataupun gua, dengan tujuan melenyapkan keterikatannya pada segala macam pengembaraan dalam *samsara* – nafsu keinginan, dan tanpa usaha ini, ia tidak akan dapat mengetahui keheningan sejati dari Dhamma. Ketika ia telah mencapai hal ini, ia bisa tinggal di mana saja, baik di hutan maupun di kota, karena hal ini tidak lagi menjadi masalah baginya.

Ini adalah pola dalam kehidupan Sang Buddha, pertama adalah kehidupan meditatif dalam kesendirian yang berlangsung lama, kemudian diikuti dengan Pencapaian Penerangan Sempurna, dengan membawa Obor Pencerahan yang bisa dilihat oleh semua makhluk. Terkadang, di sepanjang tahun Sang Buddha mengajar, beliau akan sesekali waktu pergi ke hutan seorang diri. Kemudian ia akan kembali ke vihara-vihara yang cukup dekat ke kota-kota penting pada masa itu atau berkelana di sekitar desa untuk bertemu dengan para raja dan kaum 'terkucil', para pendeta dan pangeran, dan beliau mengajarkan ajarannya kepada mereka tanpa pengecualian, karena potensi Pencerahan ada dalam setiap diri manusia, tanpa memandang apakah ia dikucilkan oleh masyarakat dan dilabeli sebagai kaum 'terkucil', atau apakah dipandang tinggi oleh masyarakat sebagai seorang pendeta (*brahman*) dari garis keturunan yang 'suci'.

Oleh karena itu, dalam menjalani kehidupan thudong, sang bhikkhu harus terus berusaha, sekecil apapun, untuk mengikuti Jalan yang juga dilalui oleh Gurunya. Baginya, kehidupan Sang Buddha bukanlah sesuatu yang tidak bisa dicapai, karena hal ini bisa dijelaskan dengan pengalamannya sendiri dan hal ini selalu menjadi sumber inspirasi dan bimbingan yang berharga. Ini memberi petunjuk padanya tentang apa yang bisa dicapai dan memberinya keberanian untuk menghadapi segala bahaya, serta terus maju untuk berjuang memperoleh pencapaian yang tertinggi. Seperti yang Sang Buddha katakan kepada semua manusia:

“Orang bijak yang tekun bermeditasi, hidup bersemangat dan selalu bersungguh-sungguh, pada akhirnya akan mencapai Nibbana, kondisi tertinggi, yang terbebas dari ikatan apapun.”
(Dhammapada 23)



CATATAN TAMBAHAN

Penjelasan sederhana tentang kehidupan bhikkhu thudong dapat dimuat dalam ilustrasi berikut ini. Seperti rasa semangkuk sup yang tidak dapat dijelaskan bahkan dalam seribu halaman, begitu pula rasa sebenarnya dari Jalan Kuno ini, yang tidak dapat dijelaskan dengan kata-kata. Semangkuk sup tersebut harus ia cicipi; kehidupan thudong itu harus ia jalani. Jika terdengar sulit, ia harus mengingat bahwa hasil yang akan diperoleh sangatlah luar biasa, dan dalam menjalankan Dhamma, tidak ada hal yang bisa diperoleh tanpa usaha. Dunia menginginkan segala sesuatu dengan cepat dan mudah, tetapi buah dari kehidupan suci hanya bisa diperoleh bagi mereka yang telah mencurahkan kekuatan mereka, yang telah berjuang keras untuk mencapai tujuan tersebut. Sesungguhnya Sang Buddha menjanjikan dalam Ajaran tentang Kesadaran Penuh (*Satipatthana Sutta*) bahwa tingkat kesucian Arahat bisa dicapai dalam tujuh hari. Disebutkan pula: "Setelah diberi petunjuk pada pagi harinya, ia mencapai pencerahan di sore harinya." Janji dan pernyataan demikian tergantung

pada kemampuan masing-masing individu dan apakah praktik kesadaran penuhnya cukup kuat dan penuh, dan selain itu, hal ini berlaku hanya jika terdapat kemampuan untuk meninggalkan keduniawian secara penuh. Nibbana, sebagai tujuan akhir, tidak dapat dicapai selama masih adanya keterikatan terhadap hal apapun, termasuk terhadap hal sehalus dhamma. Perhatikanlah, kata Ia yang Maha Agung:

“Marilah, pandanglah dunia ini,
yang bagaikan kereta kerajaan yang penuh hiasan,
yang membuat orang dungu terlelap di dalamnya,
Tetapi tidak menarik bagi mereka yang bijak.”
(Dhammapada 171)

Sang bhikkhu thudong berusaha untuk menjadi orang bijak yang telah membuang segala kemelekatan terhadap hal-hal, orang-orang dan juga tiga masa waktu. Ia hanya memiliki sedikit hal yang perlu ia pusingkan dan ia dengan penuh semangat mencoba memutus semua hal yang bisa membuatnya terikat pada orang lain. Ia juga berjuang untuk menang, berdasarkan realisasi Sang Guru tentang tiga masa waktu tersebut:

“Masa lalu bagaikan sebuah mimpi,
Masa sekarang bagaikan awan yang bermunculan,
Sedangkan masa depan bagaikan fatamorgana.”

Segala keterikatan apapun yang bermunculan, akan ia coba untuk patahkan. Ia terinspirasi oleh nasihat Sang Tercerahkan bahwa suatu penyakit yang mematikan (kegelapan batin, *avijja*) membutuhkan pengobatan yang drastis. Ia telah berpindah dari satu keluarga ke keluarga lain, dari satu rumah ke rumah lain, dari kehidupan yang penuh dengan hiasan yang indah, hingga akhirnya mengenakan jubah kuning yang kuno dan usang, hanya memiliki dan menginginkan sedikit saja, untuk mengejar Tujuan tertinggi yang ditunjukkan oleh Sang Buddha dengan segala kekuatan yang ia miliki. Selama ia masih tidak tercerahkan, ia hanya menginginkan satu 'hal' – Penerangan Sempurna.

Ketika ia ingin mengambil Langkah yang lebih jauh (*pabbajja*, menjadi seorang *nain*), ia mengucapkan kata-kata ini sebanyak tiga kali: "Mohon izin, Yang Mulia, dan setelah memberiku jubah-juabah ini, dengan cinta kasih, semoga aku bisa maju hingga mencapai lenyapnya penderitaan dan realisasi Nibbana."

Jika ia benar-benar serius dalam pencariannya, betapapun kacau kehidupan ini, ia akan mencoba untuk tidak melupakan kata-kata ini, tidak melupakan alasan mengapa ia mengenakan ketiga helai jubah ini. Kata-kata ini mengingatkannya bahwa Penerangan Sempurna adalah tujuannya, dan bahwa kesejahteraan makhluk lain bisa diwujudkan hanya dengan penembusan Penerangan Sempurna oleh masing-masing makhluk tersebut. Cara thudong ini, meskipun kelihatannya hanya ditujukan untuk para bhikkhu yang menjalankannya, sebenarnya ada sejak awal perkembangannya di sepanjang jalan.

Sang Buddha menekankan: "Apakah ia yang terjebak di lumpur, mampu menarik orang lain yang juga terjebak di lumpur?" Kemudian, ketika ia telah memperoleh keahlian dalam Dhamma, tibalah saatnya untuk membantu yang lain dan hanya ketika itulah ia mampu untuk benar-benar menolong mereka secara efektif.

Sikap yang terus terang terhadap Dhamma di kalangan anggota Sangha dan umat yang berbakti inilah yang menjadi penyebab tersebarnya Dhamma di Asia Timur, dari Sri Lanka hingga Siberia, dari Afghanistan hingga Jepang. Dan sebelum menyebarkan Dhamma ke luar, ia harus disebarkan ke dalam, di dalam hati masing-masing. Sangha yang tidak terbebani oleh hal-hal keduniawian, melakukan pekerjaan ini. Sanghalah yang sebenarnya sejak dahulu telah menjadi tulang punggung Agama Buddha. Sangha menjadi andalan dalam Dhamma dan menjadi ujung tombak dalam menerapkan Dhamma ke dalam kehidupan suci. Maka, usaha-usaha yang dilakukan untuk menyebarkan Buddhisme di zaman sekarang ini haruslah memperhatikan kedua faktor ini: bahwa dibutuhkan orang-orang yang ahli dalam Dhamma sebagai penuntun kita, sebagai guru-guru meditasi: serta betapa pentingnya Permata Ketiga, yaitu Sangha, yang harus didukung supaya tumbuh dengan kuat, karena Sangha memberi kesempatan bagi mereka yang berusaha dengan tulus untuk memenangkan Dhamma, sehingga ajaran pun akan terus berlanjut.

Usaha seperti ini dilakukan khususnya oleh para bhikkhu thudong sebagaimana yang telah kami coba tunjukkan di sini. Ini bukan berarti bahwa mereka yang berlatih

dengan cara yang berbeda tidak melakukan usaha untuk mencapai Pencerahan. Tentu saja mereka juga berjuang, tetapi di sini kita hanya memperhatikan aspek kehidupan bhikkhu thudong saja. Namun, dari tingginya penghormatan kepada para bhikkhu thudong di negara-negara Buddhis serta melihat kenyataan bahwa kehidupan bhikkhu thudong menyerupai kehidupan Sangha yang asli, bukanlah suatu kekeliruan untuk menganggap bahwa jalan hidup thudong adalah yang terunggul di antara jenis kehidupan bhikkhu lainnya.

Di antara para bhikkhu, mereka yang telah menyadari kebenaran tentang Dhamma dan memiliki kualifikasi untuk mendidik orang lain, adalah yang patut dipilih. Tentu saja, mereka tidak menulis buku dan seringkali sulit untuk ditemui, tetapi yang pasti mereka adalah orang-orang yang utama. Di mana mereka berada, di negara Buddhis manapun atau di tempat apapun, di sanalah Buddhadhamma sesungguhnya berada, karena cahaya Dhamma berpijar dengan terang di dalam lubuk hati mereka. Di manapun mereka berada, Dhamma tidak hanya hidup, tetapi juga berkembang. Perkembangan Dhamma tidak dinilai dari angka penganutnya yang dihitung dari statistik pemerintah, tidak pula dari jumlah biaranya, bahkan tidak pula dari jumlah jubah kuning yang dikenakan: tidak, Dhamma tumbuh di dalam hati, berkembang dari sang guru ke muridnya, melalui ajaran sang guru dan penerapan oleh sang murid.

Kehidupan thudong adalah salah satu cara untuk perkembangan Dhamma ini. Dhamma bukanlah suatu

rahasia, karena ia terbuka bagi siapapun yang memiliki telinga untuk mendengarkan, dan Sangha ada bagi mereka yang ingin mengabdikan hidup mereka dalam Dhamma. Jalan tersebut ada di sana, Jalan tersebut selalu ada di sana – tetapi siapa yang akan menjalaninya?

“Pada praktiklah (*patipatti*), Tuan, Ajaran Sang Guru mengakar, praktik adalah intisarinya. Ajarannya akan bertahan selama praktiknya tidak ditinggalkan.”

– Jawaban Yang Mulia Nagasena kepada Raja Menander (Milinda) dalam “Pertanyaan-pertanyaan Milinda (Milinda-panha)” yang dipublikasikan pada tahun 1986, diterjemahkan oleh I. B. Horner.



LAMPIRAN: ARIYAVAMSA SUTTA

PENGENALAN

Pada bagian selanjutnya adalah terjemahan berdasarkan teks Pali, terjemahan oleh Woodward dalam *Gradual Sayings II* dan terjemahan Anguttara Nikaya dalam bahasa Thai. Dalam terjemahan ulang ini, bantuan besar diberikan oleh YM. Nagasena Bhikkhu dari Wat Benchamabopitr di Bangkok.

Sutta yang kita sebut sebagai Khotbah tentang Para Suciwan ini memiliki sejarah yang sangat ternama. Sangatlah jelas bahwa isi sutta tersebut menjadi sumber inspirasi bagi para bhikkhu thudong, dan sutta ini juga memberi pesan bagi mereka yang bukan thudong maupun bhikkhu: mengenai rasa puas terhadap sedikit hal-hal keduniawian, serta mengingatkan siapapun yang menjalani hal ini untuk mewaspadaai munculnya keangkuhan, (“Aku suci, mereka tidak...”).

Kitab Komentar menyatakan bahwa pada tiga bagian pertama pada Sutta ini, semua Kumpulan Vinaya (tentang

peraturan dan kaidah bagi Sangha) bisa diuraikan secara rinci. Pada bagian keempat, yang berkaitan dengan perkembangan mental melalui meditasi dan kemudian diikuti dengan munculnya keinginan untuk melepaskan segala kondisi yang berhubungan dengan faktor-faktor yang tidak baik (*akusala*), pada bagian inilah dijelaskan semua Khotbah (*sutta*) dan psikologi Buddhis (*Abhidhamma*). Keberadaan penjelasan terperinci ini dibuktikan dengan banyaknya referensi dalam sejarah Ceylon. Sepertinya Khotbah ini begitu ternama, hingga ribuan orang dari dekat maupun jauh rela berdatangan untuk mendengarkan uraian dan penjelasan oleh para bhikkhu yang ahli. Sebagaimana yang bisa para pembaca cermati, Sutta ini singkat, tetapi kenyataannya saat diuraikan dalam ceramah, hampir semua topik dalam Teks Pali yang begitu luas bisa dikaitkan dengan setiap ayat dalam sutta tersebut. Ceramah seperti ini terkadang berlanjut selama berhari-hari dan merupakan tema yang populer untuk dibahas selama masa vassa. Beberapa rekam jejak mengenai tradisi ini masih bisa ditemukan di Sri Lanka. (Untuk informasi ini, lihat "*History of Buddhism in Ceylon*" oleh YM. W. Rahula).

Jauh sebelum munculnya Kitab Komentar (pada abad ke-5 Masehi), terdapat pula kemungkinan adanya rujukan lain terhadap sutta ini. Sutta ini muncul dalam daftar tujuh bagian Dhamma yang disarankan untuk dipelajari oleh para bhikkhu dan bhikkhuni (biarawan dan biarawati), upasaka dan upasika (umat awam pria dan wanita), oleh Raja Asoka dalam Dekrit Bhabru. Di sana disebutkan istilah "*Aliyavasani*" yang disamakan oleh para

cendekiawan sebagai *Ariyavamsa Sutta*. Kenyataan bahwa Raja yang hebat tersebut mengkhususkan teks ini sebagai pembelajaran bagi mereka yang menganut Ajaran Sang Buddha adalah hal yang tepat, dan sangatlah pantas bagi mereka untuk mempelajarinya sekarang, sebagaimana pula dua ribu tahun silam.

Di Thailand sekarang ini, sutta ini merupakan salah satu dari Khotbah-khotbah dan *chanting* yang dibacakan setiap bulan di vihara-vihara setelah kebaktian sore. Tak perlu diragukan lagi, sutta ini sangat dihargai oleh para bhikkhu thudong, banyak di antara mereka yang mengetahuinya di dalam sanubari mereka.

Pada terjemahan berikut ini, bagian-bagian yang ditandai dalam kurung merupakan penjelasan yang diambil dari Kitab Komentari ataupun dari terjemahan Thai yang sedikit banyak menjelaskan lebih lengkap mengenai teks Pali tersebut. Besar harapan bahwa ajaran kuno mengenai kehidupan thudong ini bisa diberi perhatian lebih setelah catatan sebelumnya dari Silsilah Mulia di masa sekarang.



KHOTBAH TENTANG PARA SUCIWAN

Demikian telah saya dengar: Pada suatu ketika Sang Bhagava, berdiam di Hutan Jeta, di taman milik Anathapindika, di dekat kota Savatthi. Saat itulah Sang Bhagava memanggil para bhikkhu dan berkata: O para Bhikkhu!

Ya, Yang Mulia, sahut para bhikkhu.

Kemudian, Sang Bhagava berkata –

Berikut ini, O para Bhikkhu, adalah keempat Silsilah para Suciwan (mereka yang tercerahkan, para Buddha dan siswa-siswanya yang tenang) – yang paling utama (di antara para orang suci, para bangsawan, kaum pedagang, dsb), (yang telah dipraktikkan) sejak dahulu kala, menjadi adat (bagi para keluarga kaum suciwan), (diturunkan) sejak zaman purbakala, tidak terpisahkan dari mereka kini ataupun di masa lampau (sebagaimana hal ini tidak terpisahkan dari kehidupan para suciwan), tidak pula ternoda kini ataupun dianggap tidak murni di masa

depan, dan tidak akan pernah dijaui oleh para pertapa dan brahmana yang bijaksana.

1. Di sini, O para bhikkhu, seorang bhikkhu merasa puas dengan jubah apapun dan ia bersyukur atas jubah jenis apapun (baik yang terbuat dari sisa-sisa kain buangan, potongan kain lain, kain pembungkus mayat, dsb.). Ia tidak mencari jubah dengan cara yang tidak pantas (dengan isyarat, petunjuk, pembicaraan yang berputar-putar, ataupun isyarat-isyarat lain), dan jika ia tidak memperoleh jubah pun, ia tidak lantas kehilangan semangat. Ketika ia telah memperoleh jubah tersebut, ia tidak terikat padanya, tidak terpukau olehnya, tidak pula ia memiliki hasrat terhadapnya. Melihat bahaya (dari jubah yang diperoleh dengan cara yang salah) dan terampil dalam menghindari mara bahaya tersebut, ia hanya menggunakannya sesuai dengan manfaatnya. Ia tidak mangagung-agungkan dirinya sendiri hanya karena rasa puasnya terhadap jubah apapun yang ia peroleh (dengan berpikir, aku mengenakan jubah usang, dsb.), tidak pula ia merendahkan yang lain (dengan berpikir, bhikkhu-bhikkhu ini mengenakan jubah indah yang dibuat oleh para perumahtangga, dsb.)

O para bhikkhu, bhikkhu manapun yang terampil (dalam rasa syukur dan dalam menjelaskan keuntungan dari rasa syukur dan puas kepada orang lain), yang tidak malas (dengan terjebak dalam gaya hidup mewah), yang dengan jelas dan penuh perhatian memahami dan mengetahui (bahwa ia mengenakan

jubah hanya untuk melindungi diri dari dingin, panas, gigitan serangga dan nyamuk, hembusan angin dan terik matahari serta menutupi tubuhnya), maka ia benar-benar terampil dalam garis Silsilah Suci ini yang diturunkan sejak zaman dahulu kala.

2. Kemudian, O para bhikkhu, seorang bhikkhu merasa puas dengan dana makanan yang diterimanya, dan ia mensyukuri apapun jenis dana makanan tersebut (baik yang dikumpulkan dari rumah ke rumah, tidak mementingkan dana dari mereka yang kaya, tidak pula memandang rendah makanan yang diberikan mereka yang miskin). Ia tidak mencari dan makanan dengan cara yang salah (dengan memberi isyarat, memberitahukan kesukaannya, dsb.) dan jika ia tidak memperolehnya pun, ia tidak lantas kehilangan semangat. Ketika ia telah memperoleh makanan tersebut, ia tidak terikat padanya, tidak terpukau olehnya, tidak pula ia memiliki hasrat terhadapnya. Melihat bahaya (dari dana makanan yang diperoleh dengan cara yang salah) dan terampil dalam menghindari mara bahaya tersebut, ia hanya menggunakannya sesuai dengan manfaatnya. Ia tidak mangagung-agungkan dirinya sendiri hanya karena rasa puasnya terhadap makanan apapun yang ia peroleh (dengan berpikir, yang aku makan hanyalah dana makanan dan hanya sekali dalam sehari, dsb.), tidak pula ia merendahkan yang lain (dengan berpikir, bhikkhu-bhikkhu ini menerima makanan melalui undangan dan makan dua kali sebelum tengah hari, dsb.)

O para bhikkhu, bhikkhu manapun yang terampil (dalam rasa syukur dan dalam menjelaskan keuntungan dari rasa syukur dan puas kepada orang lain), yang tidak malas (dengan terjebak dalam gaya hidup mewah), yang dengan jelas dan penuh perhatian memahami dan mengetahui (bahwa ia makan bukan untuk kesenangan, bukan untuk memabukkan, bukan untuk kecantikan ataupun merias diri, melainkan makan secukupnya hanya untuk mendukung dan menopang keberlangsungan tubuhnya, untuk menghilangkan ketidaknyamanan karena rasa lapar dan untuk membantu keberlangsungan kehidupan suci), maka ia benar-benar terampil dalam garis Silsilah Suci ini yang diturunkan sejak zaman dahulu kala.

3. Kemudian, O para bhikkhu, seorang bhikkhu merasa puas dengan tempat tinggalnya, dan ia mensyukuri apapun jenis tempat tinggal tersebut (baik itu tinggal di kaki pohon, di dalam hutan, di gua, dsb.). Ia tidak mencari tempat tinggal dengan cara yang salah (dengan meminta para penyokong untuk menyediakan pondok yang luas lengkap dengan perabotan, dsb.) dan jika ia tidak memperolehnya pun, ia tidak lantas kehilangan semangat. Ketika ia telah memperoleh tempat tinggal tersebut, ia tidak terikat padanya, tidak terpukau olehnya, tidak pula ia memiliki hasrat terhadapnya. Melihat bahaya (dari tempat tinggal yang diperoleh dengan cara yang salah) dan terampil dalam menghindari mara bahaya tersebut, ia hanya menggunakannya sesuai dengan manfaatnya. Ia tidak mangagung-agungkan dirinya sendiri hanya karena

rasa puasnya terhadap tempat tinggal apapun yang ia peroleh (dengan berpikir, aku hanya tidur di tempat apapun yang tersedia, dsb.), tidak pula ia merendahkan yang lain (dengan berpikir, bhikkhu-bhikkhu ini tinggal di pondokan atau vihara yang terbangun dengan kokoh, lengkap dengan perabotan, dsb.)

O para bhikkhu, bhikkhu manapun yang terampil (dalam rasa syukur dan dalam menjelaskan keuntungan dari rasa syukur dan puas kepada orang lain), yang tidak malas (dengan terjebak dalam gaya hidup mewah), yang dengan jelas dan penuh perhatian memahami dan mengetahui (bahwa tempat tinggal hanyalah untuk melindunginya dari dingin, panas, gigitan nyamuk dan serangga, hembusan kencang angin dan teriknya matahari serta benda apapun yang merayap, dan juga melindunginya dari kondisi cuaca yang berubah-ubah dan untuk menjauhkan dirinya dari keramaian), maka ia benar-benar terampil dalam garis Silsilah Suci ini yang diturunkan sejak zaman dahulu kala.

4. Kemudian pula, O para Bhikkhu, seorang bhikkhu menjadikan kemajuan (dalam kualitas batin yang baik) sebagai sumber kebahagiaan dan ia bergembira karenanya; ia menjadikan pelepasan (terhadap kualitas batin yang buruk) sebagai sumber kebahagiaan dan bergembira karenanya. Dengan berbahagia dalam pengembangan dan bergembira karenanya; dengan berbahagia dalam pelepasan dan bergembira karenanya, ia tidak mengagung-agungkan dirinya (dengan berpikir, aku mengalami ketenangan dalam

konsentrasi batin, atau dalam penerangan batin, dsb.), tidak pula ia merendahkan yang lain (dengan berpikir, bhikkhu-bhikkhu ini tidak berjuang untuk mengembangkan pikiran maupun kebijaksanaan mereka – *adhicitta, adhipañña*, dsb.).

O para bhikkhu, bhikkhu manapun yang terampil (dalam hal Pengendalian Indera, menjaga sila melalui pikiran, ucapan dan perbuatan jasmani dengan baik, dalam Empat Landasan Kesadaran Penuh, Tujuh Faktor Pencerahan, yang menuntun kepada Pembebasan melalui Kebijaksanaan; yang oleh karena itu terampil pula dalam menjauhi Lima Rintangan Batin dan akhirnya menuntun pada lenyapnya Tiga Akar Kejahatan – Keserakahan, Kebencian, dan Kegelapan Batin; dan dalam menjelaskan Jalan tersebut yang dapat membawa pencapaian kebaikan bagi orang lain), yang tidak malas (dengan menyerah untuk berjuang mencapai pencerahan), yang dengan jelas dan penuh perhatian memahami dan mengetahui (bahwa baik pengembangan dan pelepasan dipraktikkan hanya untuk satu tujuan yaitu pencapaian pencerahan sempurna – bukan untuk memperoleh kekuatan gaib, dsb.), maka ia benar-benar terampil dalam garis Silsilah Suci ini yang diturunkan sejak zaman dahulu kala.

Inilah, O para bhikkhu, Keempat Silsilah para Suciwan, merekalah yang paling utama, yang dilaksanakan sejak zaman dahulu, yang telah menjadi kebiasaan sejak zaman purbakala, tidak terpisahkan dari mereka kini ataupun di masa lampau, tidak pula ternoda kini ataupun dianggap

tidak murni di masa depan, dan tidak akan pernah dijauhi oleh para pertapa dan *brahmana* yang bijaksana.

Bahkan, para bhikkhu, dengan memiliki Keempat Silsilah para Suciwan ini, seorang bhikkhu bisa hidup di sebelah Timur, ataupun di sebelah Barat, di sebelah Selatan maupun di Selatan, dan di manapun ia tinggal, *acedia* (kebosanan dalam hal spiritual) tidak akan menguasai dirinya, tetapi ialah yang mengalahkan kebosanan tersebut. Mengapa demikian? O para bhikkhu, bhikkhu yang demikian adalah orang suci yang tekun berjuang, yang telah mengalahkan baik *acedia* (dengan kesendirian, keheningan, dsb., dan dengan kualitas mental yang luhur), dan juga kegembiraan (terhadap keburukan-keburukan yang muncul selama hidup dalam kesendirian dan berlatih meditasi. Hal ini adalah dengan cara berpuas diri serta berendah hati sebagaimana yang diajarkan dalam Silsilah ketiga pada Silsilah para Suciwan, sehingga *acedia* yang buruk pun dapat teratasi – pikiran yang benar-benar terpuaskan tidak akan pernah bosan; dan dengan pengembangan, pelepasan, serta kerendahan hati yang diajarkan dalam Silsilah Suci Keempat, ikatan kemelekatan terhadap kegembiraan pun terlepas).

Demikianlah sabda Sang Bhagava. Sang Guru pun kemudian menambahkan:

Kebosanan tidak menguasai ia yang suci.

(Karena kelemahannya) ia tidak dapat

menguasai dirinya.

(Sebaliknya), ia yang suci
mengalahkan kebosanan,
Ia sendirilah yang mengalahkannya.
Rintangan mana lagi yang mampu
menghalanginya, karena
Seluruh kammanya telah ia hilangkan
dan lepaskan?
Siapa lagi yang mampu menghina
ia yang semurni hiasan emas Jambu?
Bahkan para dewa pun memujinya!
Bahkan para Brahma pun menghormatinya!

THE BUDDHIST PUBLICATION SOCIETY

THE BUDDHIST PUBLICATION SOCIETY adalah sebuah yayasan amal resmi yang didedikasikan untuk menyebarkan Ajaran Sang Buddha, yang memiliki pesan penting bagi orang-orang dari berbagai kalangan.

Didirikan pada tahun 1958, BPS telah menerbitkan banyak macam buku dan buklet yang membahas berbagai macam topik. Publikasinya mencakup terjemahan Khotbah Sang Buddha, tulisan-tulisan referensi standar, serta penjelasan tentang pemikiran dan praktik Buddhis kontemporer asli yang disertai dengan anotasi yang akurat. Hasil-hasil tulisan ini menunjukkan Buddhisme sebagaimana adanya – sebuah kekuatan dinamis yang telah memberi pengaruh pada pikiran-pikiran yang mau menerima selama 2500 tahun lamanya, dan masih relevan sejak ia pertama muncul hingga saat ini.

BUDDHIST PUBLICATION SOCIETY

P.O. Box 61

54, Sangharaja Mawatha

Kandy

Sri Lanka

<http://www.bps.lk>

Direvisi pada: Senin, 28 November 2005

<http://www.accesstoinight.org/lib/bps/wheels/wheel083.html>

LEMBAR SPONSORSHIP

*Dana Dhamma adalah dana yang tertinggi
Sang Buddha*

Jika Anda berniat untuk menyebarkan Dhamma, yang merupakan dana yang tertinggi, dengan cara menyokong biaya percetakan dan pengiriman buku-buku dana (*free distribution*), guntinglah halaman ini dan isi dengan keterangan jelas halaman berikut, kirimkan kembali kepada kami. Dana Anda bisa dikirimkan ke :

Rek BCA 0600679210

Cab. Pingit

a.n. Hery Nugroho

atau

Vidyasena Production

Vihara Vidyaloaka

Jl. Kenari Gg. Tanjung I No.231

Yogyakarta - 55165

(0274) 2923423

Keterangan lebih lanjut, hubungi :

Insight Vidyasena Production

08995066277

Email : insightvs@gmail.com

Mohon memberi konfirmasi melalui SMS ke no. diatas bila telah mengirimkan dana. Dengan memberitahukan nama, alamat, kota, jumlah dana.



Insight Vidyāsenā Production

**Buku buku yang telah diterbitkan INSIGHT VIDYĀSENĀ
PRODUCTION:**

1. Kitab Suci Udana

Khotbah-khotbah Inspirasi Suci *Dhammapada*.

2. Kitab Suci Dhammapada Atthakatha

Kisah-kisah *Dhammapada*

3. Buku Dhamma Vibhaga

Penggolongan Dhamma

4. Panduan Kursus Dasar Ajaran Buddha

Dasar-dasar Ajaran Buddha

5. Jataka

Kisah-kisah kehidupan lampau Sang Buddha

Buku-buku FREE DISTRIBUTION:

1. **Teori Kamma Dalam Buddhisme** Oleh Y.M. Mahasi Sayadaw
2. **Penjara Kehidupan** Oleh Bhikku Buddhadasa
3. **Salahkah Berambisi?** Oleh Ven. K Sri Dhammananda
4. **Empat Kebenaran Mulia** Oleh Ven. Ajahn Sumedho
5. **Riwayat Hidup Anathapindika** Oleh Nyanaponika Thera dan Hellmuth Hecker
6. **Damai Tak Tergoyahkan** Oleh Ven. Ajahn Chah
7. **Anuruddha Yang Unggul Dalam Mata Dewa** Oleh Nyanaponika Thera dan Hellmuth Hecker
8. **Syukur Kepada Orang Tua** Oleh Ven. Ajahn Sumedho
9. **Segenggam Pasir** Oleh Phra Ajaan Suwat Suvaco
10. **Makna Paritta** Oleh Ven. Sri S.V. Pandit P. Pematana Nayako Thero
11. **Meditation** Oleh Ven. Ajahn Chah
12. **Brahmavihara - Empat Keadaan Batin Luhur** Oleh Nyanaponika Thera
13. **Kumpulan Artikel Bhikkhu Bodhi** (Menghadapi Millenium Baru, Dua Jalan Pengetahuan, Tanggapan Buddhis Terhadap Dilema Eksistensi Manusia Saat Ini)
14. **Riwayat Hidup Sariputta I** (Bagian 1) Oleh Nyanaponika Thera*
15. **Riwayat Hidup Sariputta II** (Bagian 2) Oleh Nyanaponika Thera*

16. **Maklumat Raja Asoka** Oleh Ven. S. Dhammika
17. **Tanggung Jawab Bersama** Oleh Ven. Sri Paññāvaro Mahathera dan Ven. Dr. K. Sri Dhammananda
18. **Seksualitas Dalam Buddhisme** Oleh M. O' C Walshe dan Willy Yandi Wijaya
19. **Kumpulan Ceramah Dhammaclass Masa Vassa Vihara Vidyāloka** (Dewa dan Manusia, Micchaditti, Puasa Dalam Agama Buddha) Oleh Y.M. Sri Paññāvaro Mahathera, Y.M. Jotidhammo Mahathera dan Y.M. Saccadhamma
20. **Tradisi Utama Buddhisme** Oleh John Bulitt, Y.M. Master Chan Sheng-Yen dan Y.M. Dalai Lama XIV
21. **Pandangan Benar** Oleh Willy Yandi Wijaya
22. **Ikhtisar Ajaran Buddha** Oleh Upa. Sasanasena Seng Hansen
23. **Riwayat Hidup Maha Moggallana** Oleh Hellmuth Hecker
24. **Rumah Tangga Bahagia** Oleh Ven. K. Sri Dhammananda
25. **Pikiran Benar** Oleh Willy Yandi Wijaya
26. **Aturan Moralitas Buddhis** Oleh Ronald Satya Surya
27. **Dhammadana Para Dhammaduta**
28. **Melihat Dhamma** Kumpulan Ceramah Sri Paññāvaro Mahathera
29. **Ucapan Benar** Oleh Willy Yandi Wijaya
30. **Kalana Sutta** Oleh Soma Thera, Bhikkhu Bodhi, Larry Rosenberg, Willy Yandi Wijaya

31. **Riwayat Hidup Maha Kaccana** Oleh Bhikkhu Bodhi
32. **Ajaran Buddha dan Kematian** Oleh M. O'C. Walshe, Willy Liu
33. **Dhammadana Para Dhammaduta 2**
34. **Dhammaclass Masa Vassa 2**
35. **Perbuatan Benar** Oleh Willy Yandi Wijaya
36. **Hidup Bukan Hanya Penderitaan** Oleh Bhikkhu Thanissaro
37. **Asal-usul Pohon Salak & Cerita-cerita bermakna lainnya**
38. **108 Perumpamaan** Oleh Ajahn Chah
39. **Penghidupan Benar** Oleh Willy Yandi Wijaya
40. **Puja Asadha** Oleh Dhamma Ananda Arif Kurniawan Hadi Santosa
41. **Riwayat Hidup Maha Kassapa** Oleh Helmuth Hecker
42. **Sarapan Pagi** Oleh Frengky
43. **Dhammadana Para Dhammaduta 3**
44. **Kumpulan Vihara dan Candi Buddhis Indonesia**
45. **Metta dan Mangala** Oleh Acharya Buddharakkita
46. **Riwayat Hidup Putri Yasodhara** Oleh Upa. Sasanasena Seng Hansen
47. **Usaha Benar** Oleh Willy Yandi Wijaya
48. **It's Easy To be Happy** Oleh Frengky
49. **Mara si Penggoda** Oleh Ananda W.P. Guruge
50. **55 Situs Warisan Dunia Buddhis**
51. **Dhammadana Para Dhammaduta 4**

52. **Menuju Kehidupan yang Tinggi** Oleh Aryavamsa
Frengky, MA.
53. **Misteri Penunggu Pohon Tua** Seri Kumpulan Cerpen
Buddhis
54. **Pergaulan Buddhis** Oleh S. Tri Saputra Medhacitto
55. **Pengetahuan** Oleh Bhikkhu Bodhi dan Ajaan Lee
Dhammadharo.
56. **Pindapata** Oleh Bhikkhu Khantipalo dan Bhikkhu
Thanissaro.
57. **Siasati Kematian Sebelum Sekarat** oleh Aryavamsa
Frenky
58. **Inspirasi dari Para Bhikkhuni Mulia** oleh Susan
Elbaum Jootla
59. **Aṭṭhasīla** Oleh Bhikkhu Ratanadhiro
60. **Kitab Pali:** Apa yang Seorang Buddhis Harus Ketahui
Oleh Bhikkhu Khantipalo
61. **Aturan Disiplin Para Bhikkhu** Oleh Bhikkhu
Khantipalo
62. **Jinacarita-Sebuah Puisi Pāli** Oleh Vanaratana
Medhankara
63. **Goresan Tinta Kehidupan** Oleh Bhikkhu Khemadhiro
64. **Menuju Sains Berkelanjutan** Pandangan Buddhis
terhadap Tren-tren dalam Perkembangan Ilmu
Pengetahuan Oleh P. A. Payutto
65. **Manajemen Diri Buddhis** Oleh Toni Yoyo
66. **Konsili Buddhis** Menurut Tradisi Theravāda
Oleh S. Tri Saputra Medhācitto
67. **Guru Para Dewa** Oleh Susan Elbaum Jootla

Kami melayani pencetakan ulang (*reprint*) buku-buku Free diatas untuk keperluan Pattidana/pelimpahan jasa.

Informasi lebih lanjut dapat melalui:

Insight Vidyasena Production

08995066277 pin bb : 26DB6BE4

atau

Email : insightvs@gmail.com

*

- Untuk buku Riwayat Hidup Sariputta apabila dikehendaki, bagian 1 dan bagian 2 dapat digabung menjadi 1 buku (sesuai permintaan).
- Anda bisa mendapatkan e-book buku-buku free kami melalui website:
- <http://insightvidyasena.com/>
- <https://dhammacitta.org/download/ebook.html>
- <https://samaggi-phala.or.id/category/naskah-dhamma/download/ebook-terbitan-vidyasena/>